ASÍ ESTÁ BIEN

EN LA INCERTIDUMBRE BUSCANDO LA FELICIDAD: LA FILOSOFÍA

MAGDALENA REYES PUIG

AGUILAR

ASÍ ESTÁ BIEN

EN LA INCERTIDUMBRE BUSCANDO LA FELICIDAD:
LA FILOSOFÍA

MAGDALENA REYES PUIG

AGUILAR

Introducción

Estamos en la posición de
un niño que entra en una
biblioteca llena con libros
en muchos lenguajes
diferentes. El niño sabe que
en esos libros debe haber
algo escrito, pero no sabe
qué. Sospecha levemente
que hay un orden
misterioso en el
ordenamiento de esos
libros, pero no sabe cuál
es.
ALBERT EINSTEIN

Si un libro es un universo desconocido en el cual todo lector se zambulle para explorar sus paisajes y recovecos, la introducción es el umbral donde nos detenemos para averiguar por qué y para qué emprender el viaje, examinar su sentido y decidir si vale la pena hacerlo.

Hasta ahora nunca me había preguntado por el porqué de este libro, como si escribirlo fuese parte de mi destino. Desde el comienzo, y hasta el último capítulo, me sentí impulsada por un poder que no admitía objeciones, subsumiendo mi libre albedrío en su fuerza soberana. Ahora, en retrospectiva, pienso que lo que me impulsó durante todo el proceso fue la certeza de que estaba haciendo lo que debía hacer. Pero no un deber impuesto que estaba obligada a obedecer. Lo que me motivó y acompañó durante este trayecto fue un sentido del deber *elegido* mucho tiempo antes de empezar a escribirlo.

Pero ¿en qué momento elegí hacerlo? ¿Y por qué escribir un libro de filosofía, y no correr una maratón o dar la vuelta al mundo?

No creo que la decisión haya sido azarosa: soy de las que piensan que las casualidades no existen y que todo tiene su porqué. Aunque no siempre podamos comprenderlo, existe una razón de ser para todo lo que pasa; hechos, actitudes, emociones, comportamientos, ideas y circunstancias. «Casualidad» no es más que el nombre que le ponemos a lo que no podemos explicar porque, en medio del huracán, no siempre podemos ver, inferir o imaginar el aleteo de la mariposa que lo provocó.[1]Al fin y al cabo, nos encontramos inmersos en un misterioso orden causal del universo, que se despliega ante nosotros como un gran rollo de tela tendido a lo largo de una mesa. Esta es una imagen grabada en mi retina desde la infancia, cuando acompañaba a mi madre a los grandes almacenes de telas. Recuerdo cómo me asomaba de puntillas de pie a aquellas mesas larguísimas donde los rollos de tela eran desplegados y exhibidos. Recuerdo el placer que sentía al percibir el peso del rollo caer sobre la mesa, y contemplar la belleza de las telas desenrollarse y desenrollarse. Y sentir que en aquel derramarse, las telas me invitaban a descifrar algo recóndito, conservado en sus diversos colores, texturas y diseños. Como en las revistas de pasatiempos de antes, en las que trazábamos una línea de un punto a otro hasta formar un dibujo, con la diferencia de que en las revistas los puntos estaban numerados. En las telas, en cambio, las pistas eran mucho más sutiles, y la imaginación era fundamental para poder desentrañar el misterio.

Así, para responder el porqué de *este* libro debo conectar los puntos hacia atrás para descubrir las causas o las razones que me llevaron a escribirlo. Y enfatizo *este* porque podría haber sido otro (más teórico o académico, por ejemplo), pero *este* es el que debía ser.

El ejercicio de conectar los puntos es apasionante, pero no necesariamente fácil. Sin embargo, en este caso sí lo fue: por un lado, porque es evidente que mi vocación tuvo mucho que ver en mi decisión ya que, allende a la fortuna de ser convocada por Penguin Random House para escribir este libro, no lo hubiera hecho si no fuera porque en algún momento de mi vida descubrí mi pasión por la filosofía y decidí hacer de ella mi profesión. Y también porque

enseguida me di cuenta de que todo el tiempo, mientras lo escribía, me venían a la memoria recuerdos de la época en que estudiaba Filosofía en la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación de la Universidad de la República. En ese entonces casi nadie entendía cuál era el punto o el propósito de dedicarse profesionalmente a la filosofía. Incluso siendo una materia obligatoria en el liceo, la mayoría atravesaba los cursos de Filosofía sin llegar a comprender cuál era la utilidad de las tablas de verdad, de leer la *Apología de Sócrates* o de estudiar ética o epistemología. A lo sumo sabíamos que la filosofía es «la madre de todas las ciencias», pero, aunque respetable, no era más que una madre vetusta y pasada de moda, sin ninguna relación con el mundo en el cual vivíamos. «La filosofía es una ciencia por la cual o sin la cual todo sigue igual». Esta máxima popular sintetiza la idea general que se tenía de la filosofía en aquella época. Entonces, ¿para qué estudiarla?

En mi caso particular, la razón la hallé en los aforismos de *Humano, demasiado humano*, de Friedrich Nietzsche. Alguien me regaló ese libro cuando tenía 16 años y, sin saber todavía quién era Nietzsche ni qué era la filosofía, enseguida supe que había algo ahí con lo cual me sentía profundamente identificada. Como si Nietzsche hubiese escrito ese libro para que yo lo leyera. A *Humano, demasiado humano* le debo el haber despertado en mí el llamado de la vocación, aunque reconozco que, cada tanto, la duda igual me visitaba: «¿Por qué Filosofía y no Derecho, Economía, Arquitectura o Medicina?». Mas la respuesta siempre era «Porque sí, porque no puedo evitarlo, porque, aunque no pueda explicarlo, sé que así es como debe ser». En ese entonces no lo sospechaba, pero ahora pienso que fue ahí cuando empecé a comprender que lo valioso no siempre es, *ipso facto*, útil, ni tampoco explicable.

Sabía que *debía* estar ahí, en esos salones con poquísimos estudiantes pero muchísimo olor a tabaco, escuchando a grandes profesores hablar de Heráclito, Platón, Aristóteles, santo Tomás, Avicena, Averroes, Hegel, Habermas, Rawls o Foucault. Y entonces, la pregunta por la utilidad de lo que estaba aprendiendo se esfumaba en medio del estado de gracia en el que de pronto me encontraba. Tanto que, en los recesos, mientras fumaba en la esquina de Magallanes y

Uruguay, sentía un impulso fuertísimo de arrastrar a las personas que pasaban caminando por ahí a las clases para que pudieran experimentar lo mismo que yo. Me parecía un despropósito, una injusticia incluso, que no todos tuvieran la posibilidad de sentarse en aquellos salones, no solo para conocer lo que pensaron las mentes más brillantes de la historia sino, más aún, porque sentía que esas grandes ideas e intuiciones tenían el poder de cambiarles la vida a las personas, ampliando y profundizando su comprensión de la realidad y de sí mismos. Lo que sentía (y sigo sintiendo hasta hoy) es lo mismo que René Descartes cuando dijo que «vivir sin filosofar es tener los ojos cerrados, sin tratar de abrirlos jamás». Y pensaba que, si todos pudieran experimentar el placer de filosofar, nadie consideraría que la filosofía es inútil o innecesaria.

Si a Nietzsche le debo el descubrimiento de mi vocación, a Sócrates le debo el haber sido un referente que me ha inspirado desde siempre en el ejercicio de mi profesión. Porque Sócrates fue el modelo por excelencia de filósofo practicante, que se dedicó a filosofar con la gente en la calle, convencido de que la filosofía era un medio privilegiado para conocerse a uno mismo y, de esta manera, tener una vida buena y significativa. Lo mismo sentía y pensaba yo cuando quería impulsar a los transeúntes de la calle Magallanes a los salones de la facultad y, desde entonces, ese es el gran motor que me anima en mi trabajo como profesora en el liceo y la universidad, en los cafés filosóficos, la consultoría, los artículos y la radio. Aunque disfruto enormemente el «silencioso diálogo de mi alma consigo misma»,[2] la llama de mi vocación se enciende cuando me encuentro dialogando o filosofando con otras personas. Así, desde el aula hasta la consultoría, en todos estos años de ejercicio profesional de la filosofía no he dejado de maravillarme al comprobar cómo en medio de una cultura exacerbadamente individualista, pragmática y acelerada existen algunas personas que se toman el tiempo para escuchar, pensar y dialogar acerca de preguntas y temas que no les van a enriquecer los bolsillos, pero sí el alma.

La filosofía es, como afirmó Séneca, un «*phármakon* para el alma». Pero no uno que pueda prescribir un médico o que podamos conseguir fácilmente en la farmacia. En *La consolación de la filosofía*, Boecio

cuenta cómo la filosofía lo curó de «las envenenadas y fútiles ilusiones» que lo embelesaban con promesas de felicidad ficticias. Pero Boecio necesitó un año de confinamiento solitario para escribir su diálogo, porque el remedio que nos ofrece la filosofía requiere una alta dosis de pensamiento crítico para ser digerido.

Mas, lejos de los tiempos en que vivieron Séneca, Sócrates y Boecio, hoy tenemos *phármakons* de todo tipo y color atiborrando a diestra y siniestra los escaparates del mercado de consumo: antidepresivos, series, templos, *influencers*, libros de autoayuda y «gurús» de cursos cortos y recetas rápidas. Por eso no es extraño que en la cultura del «pare de sufrir» y el «llame ya», de cara a la angustia y los dolores del alma, la mayoría salga corriendo al mercado en busca de un remedio que promete soluciones fáciles e inmediatas. La realidad es una experta en el arte de ponernos límites, y por eso es tan común la *humana, demasiado humana* tendencia a buscar alivio y refugio en «hadas madrinas» colgadas de cuatro o cinco muletillas repetidas y aplicables para todos, que prometen bienestar al toque de su varita mágica.

El *phármakon* filosófico, en cambio, no hace desaparecer el síntoma o la enfermedad; su fórmula no es darnos respuestas acabadas, sino inducir la duda y la pregunta con el objetivo de impulsarnos hacia el descubrimiento del bien o la oportunidad que se esconde detrás del malestar. Pero no a través del tan pegadizo «hay que mirar el lado positivo de las cosas». Muy por el contrario, la filosofía nos exige mirar de frente y sin rodeos el problema, reconocer lo adverso y transitar el malestar para llegar al fondo del pozo profundo y encontrar ahí las herramientas necesarias para superarlo. Porque cuando, como Boecio, recurrimos a la filosofía en busca de sentido y consuelo, debemos estar dispuestos a atravesar la angustia y cultivar la paciencia para poder hacerlo. El cultivo de la paciencia nos enseña a lidiar con el sufrimiento y tolerar la imposibilidad de que nuestros deseos y expectativas sean inmediatamente satisfechos. Porque las cosas realmente importantes y significativas de la vida cuestan, y a veces mucho. Como reza un proverbio árabe, «la paciencia es un árbol de raíces amargas, pero de frutos dulces».

Pero, entonces, ¿por qué un libro de filosofía ahora? ¿Para qué

tolerar el jarabe amargo pudiendo obtener el «fruto dulce» servido en bandeja y pronto para degustar?

La cuestión, me parece, es averiguar si el fruto es siempre realmente dulce cuando se nos da servido o si, por el contrario, es una quimera que nos condena a sentirnos más y más desorientados e insatisfechos. Entonces, quizá la respuesta a la pregunta sobre por qué un libro de filosofía y no uno de autoayuda, por ejemplo, pueda ser desentrañada a partir del ejemplo del niño que entra a la biblioteca en la frase de Einstein que oficia de epígrafe a esta introducción. ¿Qué pasaría si alguien le diera un manual de instrucciones para ordenar los libros? Esto le facilitaría mucho las cosas, porque solo tendría que seguir los pasos indicados en el manual y, de esta forma, la biblioteca quedaría ordenada. El niño entonces podría saber qué hay escrito en cada uno de los libros; los temas, los lenguajes y los autores estarían organizados y clasificados de forma tal que ya no tendría que explorar su contenido para conocer qué es lo que allí está escrito. El orden, antes misterioso, quedaría resuelto en la evidencia proporcionada en el manual de instrucciones. Podemos suponer, y con cierta razón, que el niño se sentiría más aliviado y confiado. Podría trasladarse con más seguridad de un lado al otro de la biblioteca, sabiendo a dónde dirigirse cuando necesite un libro determinado y confiando en que este se encontrará en el lugar preestablecido. Cada tanto se vería sorprendido al comprobar que un libro no se encuentra donde debería estar, o al encontrar un libro que no sabía que estaba buscando en el lugar menos pensado. Y frente a todas estas anomalías, el niño presumiría que se trata de casualidades, excepciones que confirman la regla o típicos errores humanos. El asombro y la duda serían, así, inmediatamente disipados por la confianza en el orden establecido en el manual de instrucciones.

Pero, tarde o temprano, el niño encontrará un libro que no pertenece a ninguna de las clasificaciones previstas en el manual. Y entonces ya no tendrá respuestas firmes para explicarlo ni soluciones seguras y efectivas para resolver el problema. La inesperada anomalía forzará al niño a tomar conciencia de la incompletud del manual y de la falibilidad de los métodos y los medios usados para crearlo. Así, en medio de esta situación límite, el niño se volverá a conectar con el

misterio. Karl Jaspers diría que, en ese instante, y como en un principio, el niño comenzará a filosofar.

La pandemia de coronavirus nos ha colocado a todos en el lugar de ese niño asombrado, inseguro, confundido y desorientado. El orden en el cual estábamos acostumbrados a vivir se vio de pronto desmantelado, desencadenando un estado de caos, angustia e incertidumbre con el que nos vimos forzados a lidiar. Pasamos, de un día para otro, de un estado de relativa certidumbre y confianza en nuestra capacidad para conocer, predecir y controlar la naturaleza a un estado de total perplejidad, en el cual tomamos contacto con nuestra vulnerabilidad y con la naturaleza falible del conocimiento que poseemos de la naturaleza y de nosotros mismos. Esta pandemia nos arrojó al mar de la incertidumbre, en el que tomamos conciencia de nuestra ignorancia fundamental. Seguro que Sócrates celebraría esta toma de conciencia, argumentando que es el síntoma de que nos hemos vuelto más sabios. Sin embargo, aunque estimado como el más sabio en los cursos de Filosofía del liceo, lo cierto es que nuestra educación en nada se parece al modelo enseñado por Sócrates. A nosotros nos enseñan que lo valioso es la respuesta, mientras la pregunta revela la incompetencia de quien la formula. No es extraño, pues, que nos resulte tan difícil sostenernos en la duda y comulgar con la afirmación de Voltaire de que «dudar vale más que estar seguro».

Pero de la incertidumbre nace el impulso de filosofar, y por eso este libro debía ser escrito ahora. Porque en este momento no hay fruto dulce servido en bandeja que pueda calmar nuestro desasosiego. Las respuestas asequibles y unívocas de los manuales y los libros de autoayuda ya no pueden liberarnos del sabor amargo de la angustia. Solo el *phármakon* filosófico puede aliviarnos el malestar de la incertidumbre, enseñándonos que en ella reside la oportunidad para conquistar la libertad y la felicidad auténticas; hete aquí el propósito de este libro. Porque, como el niño, todos deberíamos gozar del derecho de entrar a esa biblioteca y sospechar que ahí reside un orden misterioso e insondable. Experimentar la angustia de saber que nada sabemos y sentir el impulso de la pasión que enciende el deseo de develar el misterio. Comprender que, aunque podamos contemplar su despliegue cada tanto, jamás podremos aprehenderlo íntegramente en

su magnífica e inexplicable complejidad. Porque, al fin y al cabo, somos libres cuando reconocemos el misterio, ¿y la felicidad? La felicidad es el gozo experimentado en los instantes en que sentimos que las cosas son como tienen que ser.

1 «El batir de las alas de una mariposa puede provocar un huracán en otra parte del mundo». Antiguo proverbio chino.
2 Platón, *Fedón*.

La incertidumbre

> Gran parte de las dificultades por las que atraviesa el mundo se debe a que los ignorantes están completamente seguros y los inteligentes, llenos de dudas.
> BERTRAND RUSSELL

El mundo está en crisis, y sospecho que —salvo algún excéntrico y pertinaz «negacionista»— nadie alzaría su mano para objetar una afirmación tan evidente.

La palabra deriva del griego *krisis*, que significa «separación» o «decisión», y designa el momento en que se produce un cambio dramático, un quiebre o una escisión que nos arrastra fuera de nuestra zona de confort y nos sumerge en el dilema, forzándonos a tomar una decisión. Si la vida es una montaña rusa, las crisis son esos momentos en que el carro en el que viajamos cae, de pronto y en forma inesperada, por la pendiente. El mundo deja de ser un lugar familiar donde podemos sentirnos seguros y tranquilos. El carro se desvía repentinamente por un camino imprevisto y desconocido, obligándonos a tomar el control para redirigirlo hacia una senda en la que podamos sentirnos seguros y contenidos. Sabemos que el carro siempre se puede descarrilar (porque la vida siempre nos da, tarde o temprano, algún cimbronazo), pero lo cierto es que casi nunca estamos del todo preparados para eso. Los seres humanos somos los animales más necesitados de certezas y seguridades, y esas necesidades son la razón de muchas de nuestras mayores conquistas, pero también de nuestros más grandes fracasos y malestares. Porque en la búsqueda de

verdades firmes e inequívocas, progresamos hacia un conocimiento más preciso y profundo de nosotros mismos y del mundo en que vivimos. Pero, al mismo tiempo, nos aferramos a creencias y prejuicios sin cuestionarlos demasiado. Nos acostumbramos fácilmente a navegar la vida por el llano y en piloto automático. Y a hacer de cuenta que así es como debe ser…

Pero nuestro carro se desplaza al borde de abismos cada vez más difíciles de soslayar. La amenaza del calentamiento global y los miles de especies animales y vegetales en peligro de extinción, los océanos, que se pueblan de islas de basura flotante siete veces más grandes que toda la superficie de España, y los polos, que se derriten a un ritmo cada vez más galopante, son solo algunos de los tantos problemas que debemos enfrentar hoy. Y también la inteligencia artificial, que supera a nuestra inteligencia «natural» en el desempeño de tareas como jugar al ajedrez, manejar un automóvil o «saber» mejor que nosotros mismos qué serie nos gustaría ver o qué libro deberíamos comprar. Paradójicamente, con el objetivo de resolver problemas (o de hacernos la vida más cómoda y fácil), hemos inventado soluciones «inteligentes» que amenazan con sobrepasar nuestra propia inteligencia en su aptitud para producir recursos y procedimientos más rápidos y efectivos para los mismos problemas para los cuales fueron creadas. La capacidad de nuestra inteligencia para superarse —anulándose— a sí misma es tan rutilante como terrorífica. Hemos creado medios para comunicarnos en forma inmediata y recibir al instante toda la información que deseamos a través de un dispositivo tecnológico tan efectivo y práctico que cabe dentro de un bolsillo. Pero junto con el desarrollo de la tecnología móvil progresan los perspicaces algoritmos, que, a través de las aplicaciones que descargamos en nuestros celulares, controlan lo que buscamos y consumimos diariamente en línea. A veces me pregunto qué dirían Kant, Descartes, Leibniz o Bacon si renacieran y comprobaran cómo la razón, que concibieron como la cualidad *par excellence* para la conquista de nuestra autonomía, ha acabado concibiendo mecanismos y artefactos que representan una amenaza contra nuestro libre albedrío… Pero, hay que decirlo, la razón no es buena o mala *per se* como un martillo, una sierra, una navaja o un instrumento cualquiera, somos nosotros los que decidimos cómo

manejarla. Porque no es lo mismo usar un martillo para construir una mesa que servirse de él para matar a alguien de un golpe en la cabeza. De la misma manera, la razón nos da la posibilidad de cuestionar lo que se nos ofrece como verdadero y pensar por nosotros mismos, así como también de idear artificios que amagan con socavar nuestra independencia.

Por otra parte, la humanidad está balanceándose al borde del abismo de un mundo crecientemente globalizado que, lo mismo que el progreso tecnológico, entraña importantes beneficios, pero también conflictos sociales y políticos acuciantes, que demandan nuestra atención. Las crecientes olas migratorias hacia los países más desarrollados acarrean brotes nacionalistas y xenófobos, síntomas de nuestra dificultad para lidiar con la diversidad. La hospitalidad no es una virtud fácil para los seres humanos, porque implica abrirle la puerta de nuestra casa a otro y dejarlo entrar, pero sin exigirle que renuncie a su «otredad» para adaptarse a nuestra forma de creer, sentir y valorar el mundo. La hospitalidad es difícil de cultivar y practicar; incluso las personas más estimadas y significativas representan, muchas veces, un estorbo para la satisfacción de nuestros deseos o intereses personales. No en vano Jean-Paul Sartre afirmó que «el infierno son los otros»,[3] porque es inevitable que nos veamos en la disyuntiva de satisfacer o no sus expectativas, obteniendo, a cambio de esto, ya sea su reconocimiento y aprecio o su desencanto y desaprobación. De esta manera, el otro me pone en aprietos, especialmente cuando mi voluntad o deseo no coincide con lo que él o ella espera de mí. Entonces me veo obligada a elegir entre responder a mi propio sentido del «deber ser» o a lo que el otro espera de mí. Este dilema se da mucho entre los jóvenes cuando les llega el momento de elegir su profesión, ya que su interés no siempre coincide con las expectativas de sus padres. Así, en el vínculo con los otros se revela esa ambigüedad que nos constituye: la de ser, al mismo tiempo, autónomos y dependientes de los otros.

Pero más descarnada aún es la constatación de los conflictos sociales y políticos vigentes en los países con más flujo inmigratorio, como el Reino Unido, Francia o Estados Unidos. Ahora recuerdo un testimonio de Roman Polanski: «En París a uno siempre le recuerdan que es

extranjero. Si estacionas mal tu coche, no es el hecho de que esté en la vereda lo que importa, sino que hables con acento». La expresión *extranjero* proviene de «extraño», y por eso podemos sentirnos tan intimidados por su presencia. A través de su *extrañeidad*, el extranjero nos recuerda que el mundo no es tan familiar ni inequívoco como generalmente queremos creer, y que existen alternativas a lo que consideramos obvio. El extranjero nos arranca las anteojeras para mostrarnos el mundo tal cual es: un caleidoscopio de infinitas perspectivas.

No sé si existe alguna comunidad o país 100% libre de suspicacia contra el extranjero, y me pregunto si el afán de forjar un mundo globalizado puede, efectivamente, inmunizar al ser humano contra esa propensión más emocional que racionalmente defendible o explicable. Arthur Schopenhauer parece haber comprendido esta dificultad que subyace a todos los vínculos humanos: en el dilema del erizo,[4] sugiere que los seres humanos somos como erizos que necesitan la cercanía de los otros para no morir congelados. Pero el problema es encontrar la *distancia justa*, ya que si los erizos se acercan demasiado sufren el dolor causado por el pinchazo de las púas de los otros. Así, como seres sociales, nuestro desafío es encontrar la *distancia justa* para gozar de la cercanía de los demás y no «morir congelados», pero sin tener que experimentar el malestar que nos generan los otros a través de sus demandas, cuestionamientos y expectativas. Necesitamos a los otros para construir el «nido» donde sentirnos contenidos, amparados y seguros. Ese nido es la pareja, la familia, la comunidad religiosa, deportiva, nacional o cultural dentro de las cuales nos forjamos una identidad y le damos un sentido y un propósito a nuestra vida. Pero esos mismos otros con quienes compartimos el nido ocupan un espacio que le pone límites a nuestra libertad. La búsqueda de la *distancia justa*, así, no es otra cosa que la búsqueda del equilibrio justo entre la seguridad y la libertad que tanto necesitamos. Pero este no es un desafío fácil y con el objetivo de facilitarlo, Emmanuel Lévinas[5] propone la sugerente metáfora de la caricia. A diferencia de cuando agarramos la mano del otro, en el gesto de acariciarlo no lo forzamos a adaptarse a nuestras demandas y expectativas. En el acto de acariciar nos acercarnos al otro sin fundirnos —o confundirnos— en su otredad

ni tampoco exigiéndole que renuncie a su identidad para adaptarse a la nuestra. En la caricia, entonces, hallamos la distancia justa que aconseja Schopenhauer, que favorece el equilibrio adecuado entre nuestras necesidades de seguridad y libertad.

Se me ocurren muchísimos desafíos más, pero no hay ninguna novedad en esto, ya que no ha existido ninguna época en la cual la especie humana no se haya encontrado, por hache o por be, navegando al borde del precipicio. De hecho, algunos afirman que el mundo está mejor que nunca antes. Y, en cierto modo, hay algo de verdad en esto. Porque gracias a los progresos de la ciencia, la tecnología y el uso de la razón para examinar y dar solución a los más diversos conflictos, la humanidad se ha visto beneficiada con el aumento de la expectativa de vida, la disminución de la mortalidad infantil, la reducción de las tasas de pobreza extrema, la consolidación de la democracia, la igualdad de derechos y la disminución de la violencia, entre otros guarismos. Sin embargo, debo reconocer que me es imposible comulgar al pie de la letra con este optimismo, pues ¿de verdad podemos llamar *progreso* a la sustitución de las hondas, los palos y las piedras con que peleaban nuestros ancestros por las armas de destrucción masiva que hoy amenazan con extinguir a gran parte de la naturaleza y la humanidad?

Por otra parte, comparada con otras épocas, la nuestra nos impone un particular desafío: el de la vertiginosidad del tiempo. No es que el tiempo sea hoy más rápido que antes: las agujas del reloj se mueven al mismo ritmo de siempre, pero lo que antes llevaba una hora, hoy podemos hacerlo en cinco minutos (o menos, incluso). Hace poco más de veinte años necesitábamos tomarnos un tiempo para preparar la comida que hoy conseguimos pronta para ser consumida en el supermercado, y la información que antes debíamos buscar, página por página, en los libros hoy Google nos la facilita en el acto, con solo un par de clics. Si bien esta ganancia en la «economía del tiempo» nos aporta notorios beneficios, en su flujo circula, con pasmosa celeridad, no solo lo agradable y oportuno, sino también lo inconveniente y nefasto. Y la pandemia del coronavirus es un acontecimiento paradigmático en este sentido. A diferencia de otras pandemias de antaño, la COVID-19 se dispersó —volando en modernísimos aviones

Boeing— desde su sede en Wuhan por todo lo largo y ancho del planeta en un abrir y cerrar de ojos.

Por momentos, y allende a las teorías conspirativas que sugieren que el coronavirus fue creado y diseminado por intereses económicos y políticos, mi veta más romántica me lleva a pensar que esta pandemia es un llamado de atención de alguna fuerza «ecófila», cansada de nuestra negativa a hacer frente a los desafíos que la creciente destrucción de la naturaleza nos demanda. Esta potencia ecófila, que los taoístas denominan Tao u «orden natural de la existencia», sacudió nuestro carro para despertarnos del letargo y la desidia. De pronto, los episodios de la serie *Black Mirror* dejaron de ser ciencia ficción para convertirse en una representación, más fiel de lo que nos gustaría pensar, de nuestra «nueva normalidad».

Un nuevo virus nos acecha, forzándonos al confinamiento y a reflexionar acerca de nuestra tan consustancial como negada vulnerabilidad. No solo porque nuestra vida de pronto se encuentra amenazada por un agente microscópico difícil de percibir, predecir y manipular, sino también porque esta pandemia arrojó luz sobre ciertos hechos y actitudes políticas, sociales y culturales que, de tan habituales, permanecían naturalizados. Somos animales de costumbre, y las crisis representan una oportunidad para revisar y examinar lo que damos por sentado.

Aunque Fusis (deidad creadora primordial para los griegos) parece ser lo bastante tolerante como para dejarnos mantener la ilusión de que podemos controlar a la Naturaleza a nuestro antojo, cada tanto se fastidia y nos da un cimbronazo para despertarnos de la quimera de señorío y recordarnos que no podemos saber ni controlar todo.

Ya sea personal, pública o global, toda crisis abre una grieta por la que despuntan las perplejidades y las sospechas postergadas por miedo, inseguridad, costumbre o desidia. Y cuando se liberan y asoman a la conciencia, ya no es posible cancelarlas: se resisten a ser ignoradas, demandándonos una solución.

Hace pocos días escuché a alguien decir que esta crisis a la cual nos arrastró la pandemia de coronavirus amenaza con crear «campos de concentración tecnológicos», en los cuales la vida humana estará a la merced de los grandes y poderosos «popes» de la tecnología. El ojo del

Gran Hermano imaginado por George Orwell en su célebre novela distópica *1984* nos vigila desde nuestros celulares, cámaras de reconocimiento facial, Google y Alexa, el robot asistente personal de Amazon. Aunque no todos los expertos coinciden con esta perspectiva fatalista, existen razones para sospechar de las consecuencias perniciosas de la disrupción tecnológica. Sin embargo, mientras reflexionaba sobre esto recordé la palabra china para *crisis*, compuesta por dos caracteres: *wei-chi*, que significan, respectivamente, «riesgo» y «punto de inflexión». Y, en realidad, *punto de inflexión* (en el sentido chino) y *decisión* (en el sentido griego, más propio de nuestra cultura occidental) no son en absoluto dispares. Porque ambos remiten a la circunstancia particular a la cual nos arrastra toda crisis: la de encontrarnos en una encrucijada, sin brújulas ni bastones, debiendo afrontar el riesgo que necesariamente implica toda decisión.

El ejercicio de la auténtica libertad no es para nada fácil, y por eso solemos incurrir en el error de confundir libertad con libertinaje. Y las crisis son, en este sentido, grandes maestras, porque cuando logramos transitar la incomodidad y el malestar que nos provocan, aprendemos que solo en la incertidumbre podemos ser auténticamente libres.

EL ASOMBRO Y LA INCERTIDUMBRE

Los filósofos existencialistas consideran que los seres humanos somos «arrojados a la vida», en el sentido de que nos encontramos en este mundo sin saber cómo, por qué ni para qué estamos aquí. Sin embargo, y aun sin haber elegido nacer, el solo hecho de existir nos demanda tomar las riendas de nuestra vida, mientras lidiamos con aquellas preguntas para dar sentido a nuestra existencia. Entonces, en medio de la incertidumbre más fundamental, nos vemos obligados a buscar y encontrar un suelo firme sobre el cual transitar lo más confiados y seguros posible el camino de la vida. Así, hemos ido descubriendo y creando diferentes medios para hacerlo: los mitos, la filosofía, la ciencia, las religiones, la nación o el Estado y las más diversas ideologías han sido recursos fundamentales para proporcionarnos las respuestas que tanto necesitamos. Sin embargo, aún no hemos creado ni descubierto ninguna certeza libre de

cuestionamiento o refutación. Y si pensamos que lo hemos logrado, tarde o temprano aparece la pregunta que sacude todas las presunciones y las certezas, despertando el asombro y sumiéndonos nuevamente en el mar de la duda.

Un filósofo existencialista, Karl Jaspers, identificó tres orígenes de la filosofía: el asombro, del cual nace la pregunta; la duda, que promueve el cuestionamiento de lo ya conocido; y la conciencia de estar perdidos, que nos impulsa a la búsqueda de sentido. Jaspers afirma que, por lo general, tendemos a negar o evadir estas experiencias, porque ellas nos obligan a revisar y repensar lo que damos por sentado, conectándonos con la incertidumbre y recordándonos que, como Sócrates, nada sabemos. Nuestra dificultad para transitar la experiencia del asombro, la duda y la desorientación se debe a que somos animales racionales y estamos permanentemente en busca de certezas y seguridades. A diferencia de nuestros «parientes» del reino animal, somos conscientes de que existe un mundo que nos asombra y que aviva nuestra sed de conocimiento. El mundo se despliega tanto desde afuera (a través de los hechos, los acontecimientos, las cosas y las personas que nos rodean) como desde nuestra interioridad (mediante sentimientos, pensamientos, intuiciones y sueños), buscando ser interpretado. Esto puede ser claramente constatado en la actitud de los niños, que frente a lo novedoso y desconocido preguntan cómo se llama, qué es, por qué es, para qué es.

Platón decía que el asombro es el origen del impulso humano de investigar el universo. Esto nos hace notablemente más curiosos que las hormigas, los tigres, los elefantes, los caballos y los perros: como escribió Ray Bradbury, «el animal no discute la vida, la vive». Los humanos, en cambio, nos pasamos deliberando y discutiendo. Somos impulsados por el deseo de examinar nuestra existencia y evaluarla para conferirle un sentido. En palabras de Erich Fromm, «el hombre trasciende toda la vida de otro porque es, por vez primera, *consciente de la vida de sí mismo*. El hombre está en la naturaleza, sometido a sus dictados y accidentes, pero trasciende la naturaleza porque carece de la ignorancia o la inconsciencia que hace del animal una parte de la naturaleza, como uno con ella».[6]

El animal fluye con la naturaleza como fluye el agua en el río, sin

cuestionar su curso ni preguntarse qué hace ahí, o si puede ofrecer o no resistencia a ese curso que discurre indiferente a su voluntad. Tampoco se cuestiona cuál es la razón o el sentido de su ser agua, ya que ni siquiera es consciente de serlo. Nosotros, en cambio, sí tenemos consciencia de nuestro ser humanos. «Todo hombre, por naturaleza, desea saber», escribió Aristóteles al comienzo de su *Metafísica*. Y mientras nos preguntamos qué significa ser lo que somos, sabemos que no podemos dejar de serlo aunque lo quisiéramos. Así, ese trascender la naturaleza que explica Fromm significa que tenemos la capacidad de asombrarnos de nuestro ser y estar en el mundo. Pero esa misma trascendencia es, también, una condena, porque las preguntas que dispara el asombro *deben* ser de alguna forma respondidas.

El asombro es, sin duda, una sensación maravillosa: pocas cosas más fascinantes que sentirnos sorprendidos por algo que no esperábamos. Sin embargo, el pasmo encantador ante lo inesperado y desconocido es, asimismo, el preludio de algo no tan ameno: la incertidumbre, y el sentimiento de inseguridad que la acompaña. Por eso, con el pasar de los años las personas vamos «perdiendo» la capacidad de asombro, tan común en la infancia.

LA CULTURA COMO FUENTE DE RESPUESTAS

Con el paso del tiempo, los niños van aprendiendo las respuestas a las preguntas que se hacen y, aunque no siempre quedan conformes, las van incorporando poco a poco hasta que decantan bajo la forma de creencias dadas por ciertas. En nuestra cultura, por ejemplo, nos enseñan que la lluvia es el resultado de la precipitación del vapor de agua atmosférico condensado en forma de nube, o que todos los seres humanos nacemos libres e iguales en dignidad y derechos. Pero existen otras, como la maya, por ejemplo, en que creen que la lluvia es provocada por la acción divina de diosas y dioses. Y también existen culturas jerárquicas, como las de la India, Nigeria y Japón, donde no se concibe ni contempla el principio de igualdad entre los seres humanos.

Toda cultura está sustentada en un relato creado por la combinación de la imaginación y la razón humanas con el objetivo de dar sentido

(explicar) al mundo en que vivimos. Esos relatos contienen ideas respecto de qué es lo verdadero, lo bueno, lo justo o lo bello, que son compartidas, enseñadas, promovidas y practicadas dentro de cada cultura particular. La cultura es el medio por excelencia para la satisfacción de nuestra naturaleza social y también, como señala Yuval Noah Harari,[7] para hacer posible la cooperación humana a gran escala. A través de la cultura recibimos las respuestas que nos permiten comprender el mundo y conducir nuestra vida guiados por las creencias y los valores que nos son enseñados. Inmersos en una comunidad determinada (que en principio no elegimos) encontramos un porqué y un para qué vivir en un mundo al que, como enseñan los existencialistas, fuimos arrojados.

Así, vamos aprendiendo a transitar la vida en un modo más seguro y confiado. Confiamos en que ciertos hechos van a suceder como «deben» y en que las personas van a reaccionar o actuar como es esperable que lo hagan. En palabras de Nietzsche, la cultura nos convierte en animales *predecibles*. Y también previsores. Nos vamos a dormir «sabiendo» que al día siguiente el sol volverá a salir por el este a la hora más o menos prevista y salimos a la calle confiados en que no encontraremos a un león suelto a la vuelta de la esquina. Necesitamos seguridades para poder vivir sin estar permanentemente en estado de alerta. Y la presunción es uno de los más eficaces preventivos contra el desasosiego suscitado por la pérdida de control ante lo imprevisible. Pero la presunción no es una simple quimera fantaseada, ya que por experiencia aprendemos a confiar en la regularidad de ciertos hechos, comportamientos, reacciones y acontecimientos. En los cincuenta años que llevo de vida, el sol ha salido siempre por el este, y hasta ahora nunca me topé con un león mientras caminaba por la calle.

Sin embargo, como afirmó Karl Popper,[8] «no importa cuántos cisnes blancos hayamos podido observar, esto no justifica la conclusión de que todos los cisnes son blancos». Contrariamente a lo que afirma el dicho, una mentira repetida mil veces *no* se convierte en verdad. De hecho, aunque por mucho tiempo se presumió que todos los cisnes eran blancos, a principios del siglo XVIII apareció el primer cisne negro, encontrado por unos colonos ingleses en Australia. El hecho provocó

conmoción en la sociedad inglesa. Acostumbrados a que todos los cisnes fueran blancos, el descubrimiento no solo los forzaba a revisar y reeditar las enciclopedias de zoología, sino que también les revelaba que el mundo no es algo que pudieran conocer de manera concluyente o definitiva. Todos los cisnes son blancos *en tanto* no aparezca uno que pruebe que esa afirmación no es cierta. Así, mientras las certezas son las olas del «mar de viento», previsibles y observables, concebidas por nuestro entendimiento, siempre falible, la incertidumbre es el «mar de fondo» que subyace a los conocimientos provisionales. El mar de fondo no se puede observar, pero sí experimentar a través de la sensación de mareo que nos generan sus extensas y amplias olas sinusoidales. La imposibilidad de conocer algo en forma infalible y definitiva nos genera malestar, es cierto. Pero el problema es cuando, con tal de evitar el mareo que nos provoca la incertidumbre (ese mar de fondo que no podemos observar directamente), nos negamos a admitir que una mentira, no importa cuán repetida sea, siempre será mentira. Y la verdad… ¿Quién sabe, realmente, qué es la verdad?

LA CIENCIA COMO FUENTE DE RESPUESTAS

Nuestra cultura es particularmente cientificista, ya que se caracteriza por confiar en la ciencia como el medio más válido y eficaz para la adquisición de conocimiento. Por lo general, consultamos el celular, el periódico o la radio para informarnos acerca del pronóstico del tiempo, y recurrimos a expertos en las diferentes disciplinas científicas (médicos, psicólogos, historiadores, ingenieros o economistas) cuando necesitamos resolver un problema o dar respuesta a una inquietud sobre un asunto particular.

El nacimiento de la filosofía, en el siglo VII a. C., representó el primer paso en el objetivo de abandonar las explicaciones míticas en pos de una comprensión más racional y objetiva del mundo en que vivimos. Previo a los primeros filósofos presocráticos, los griegos creían que el universo había sido creado a partir de la acción de diversas deidades, como Caos, Gea y Tártaro. Con la filosofía, en cambio, se introduce el concepto de *arché*, que no es un dios o una diosa particular, sino un elemento o una sustancia que no requiere de ninguna otra causa fuera

de sí misma para existir. El *arché* no actúa en forma caprichosa o arbitraria (como solían hacerlo los dioses de la mitología griega), sino de acuerdo con una lógica comprensible por la razón humana. De ahí en más, la explicación del origen del universo ha evolucionado hasta la teoría del Big Bang, aceptada por la mayoría de los científicos en la actualidad. Es por esto que la filosofía suele ser descrita como «la madre de todas las ciencias». Aunque esta no es la única manera de definir a la filosofía, sí es cierto que la ciencia es el retoño del propósito original de aquellos primeros filósofos de encontrar una solución racional y empíricamente constatable a las preguntas que hasta entonces eran respondidas a través de las obras épicas de poetas como Homero o Hesíodo.

Unos siglos después de los presocráticos, Aristóteles afirmó que el saber más elevado es el que proporciona un porqué racional y empíricamente verificable de todo lo que existe. A diferencia de su maestro, Platón, que pensaba que el sentido último de todas las cosas se encuentra en un mundo trascendente y supraterrenal respecto del cual este mundo sensible o material es solo una copia inexacta y engañosa, Aristóteles sostuvo que «la única verdad es la realidad», enfatizando en la importancia de estudiar y conocer la naturaleza.

La filosofía de Platón comulga más con el conocimiento matemático, basado en conceptos teóricos y abstractos. Podemos pensar los números o razonar que dos más dos es cuatro, pero jamás encontraremos números, círculos, cuadrados o triángulos perfectos en este mundo material. Las ideas no son como las cosas o los hechos empíricos, que podemos tocar, oler, escuchar u observar con nuestros sentidos. A diferencia de la física o la química, para el estudio de las cuales es necesario experimentar con el mundo físico, en un curso de matemática no se requieren laboratorios ni instrumentos para medir objetos materiales y concretos. Las ideas, que representan la causa de todo lo existente para Platón, son concebidas y sostenidas exclusivamente en nuestra mente.

Aristóteles, en cambio, fue un filósofo más científico. Fiel a su herencia (tanto su padre como su abuelo fueron médicos), el Estagirita[9] mandó construir, junto a su Liceo, un jardín botánico y un zoológico. Casi veinticinco siglos antes que Isaac Newton, Aristóteles

«destejió el arcoíris» (parafraseando el poema de John Keats)[10] e hizo pasar la luz a través de gotas de agua, además de estudiar la organización social de las abejas, descubrir la regeneración de los reptiles y revelar que la yema de un huevo es una reserva de alimento y no un embrión. También concluyó que las hienas no son hermafroditas y que los delfines son mamíferos. Todos estos conocimientos le habrían parecido intrascendentes a su maestro, pero su relevancia fue clave para el desarrollo del conocimiento científico posterior y su importancia se mantiene incuestionada hasta el día de hoy.

Una vez escuché a Fernando Savater decir que existen dos bandos entre aquellos que nos dedicamos a la filosofía: los platónicos y los aristotélicos. Me pareció muy interesante esta idea, que coincide con la de Schopenhauer en *El mundo como voluntad y representación*,[11] donde afirma que mientras el pensamiento de Aristóteles es elaborado según la forma y el método científico, el de Platón tiene un tono claramente poético. Confieso que en mi trabajo como docente siempre me veo (de forma ajena a mi voluntad consciente) hablando de Platón con un entusiasmo que no logro sentir y transmitir cuando hablo de Aristóteles. Como buena amante de la poesía, Platón me seduce mucho más, pero no tanto por lo que dice, sino por *cómo* lo dice: las alegorías y los simbolismos de la obra platónica me enamoran. Dialogando con la obra de Platón experimento, a flor de piel, la belleza como «frontera entre ese conocimiento sensible y la forma superior o intuitiva del saber, cuyo supremo esplendor, como *mente*, no podemos *ver*».[12] El estilo más realista y concreto de Aristóteles, en cambio, me resulta más arduo y trabajoso. No me entusiasma tanto. La prosa aristotélica no me enciende.

Igualmente, y al margen de las diferencias formales, no me termina de convencer el hecho de que la verdad sea algo que podamos develar con el solo uso de los sentidos y la razón. Por algo los seres humanos tenemos la capacidad de intuir, imaginar y emocionarnos. Si bien considero que la razón es una herramienta poderosa, y que nuestros sentidos son la *via regia* al conocimiento del mundo que nos rodea, ambas formas de conocimiento son limitadas e incompletas para develar la realidad en su inmensa complejidad. Las cosas, los hechos,

las personas y los acontecimientos son demasiado complejos para ser aprehendidos y comprendidos solamente por nuestra razón y sentidos. Y leyendo la obra de Platón puedo sentir que él lo entendió así también. Por esta razón seguramente utilizó el recurso de la metáfora, que sugiere más de lo que explica, y creó alegorías para transmitir sus pensamientos. El simbolismo metafórico estimula el uso de la intuición y la imaginación alumbrando, así, formas alternativas de pensamiento. La filosofía de Platón me inspira a concebir ideas que no están explicitadas en su obra y, en ese sentido, al leerlo y estudiarlo encuentro que siempre tengo una oportunidad de inferir, descubrir y concebir ideas nuevas. En el pensamiento de Aristóteles descubro ideas inteligentes y apasionantes también, pero que no me estimulan a pensar más allá de su obra, porque todo está ya ahí, explicado y definido con rigurosidad.

De todas formas, ambos fueron igualmente geniales. Con perspectivas y estilos diversos, los dos persiguieron el mismo objetivo: el hallazgo de la verdad. Así, ambos sentaron los pilares del relato que sirve de fundamento a nuestra cultura occidental. Aristóteles a través de un pensamiento más favorable a la investigación científica, que ofrece un conocimiento constatable y consensuado, y Platón por medio de un estilo que lleva a la razón hasta el límite donde se asoma la comprensión intuitiva.

SÓCRATES: EL MODELO DEL FILÓSOFO QUE ABRAZA LA INCERTIDUMBRE

Nadie más idóneo que Sócrates para representar la figura del filósofo típico. Aparte de ser admirado como el más valiente guerrero —con una capacidad deslumbrante para resistir el hambre, el cansancio y el frío— y el más popular entre los jóvenes atenienses, Sócrates fue objeto de burla por su personalidad excéntrica y su inevitable resistencia a vivir y pensar conforme con el relato vigente en su Atenas contemporánea.

Por otra parte, su mujer, Jantipa, lo perseguía furiosa por el ágora reclamándole que prestara más atención a los problemas económicos que tenía la familia. Pero a Sócrates no lo inquietaban para nada lo

problemas económicos, ni ningún otro asunto de la vida cotidiana. Él creía que toda vida debe ser examinada para ser digna de ser vivida, y las preocupaciones por las minucias relativas a lo ordinario y habitual le sacaban tiempo para pensar acerca de lo que verdaderamente le importaba. Tampoco se preocupaba por su aspecto físico: andaba siempre descalzo y vistiendo la misma capa. Lo que le importaba no era el cuidado del cuerpo sino del alma, y por esto se ganó la fama de «médico de almas», aunque él, en honor al oficio de su madre, se llamaba a sí mismo *partero*. El *leitmotiv* de su vida no fue «curar» almas enfermas, sino asistir a las «sanas» en dar a luz sus propias ideas. Sócrates creía que la verdad se encuentra en el alma de cada persona, y que el rol del filósofo como maestro es acompañar a sus discípulos en la búsqueda y el descubrimiento de ese saber para traerlo a la conciencia. Una de sus máximas más conocidas (que no fue creada por él, sino tomada del oráculo de Delfos), «conócete a ti mismo», expresa claramente este propósito. La verdad no es lo que alguien te pueda contar o algo que puedas descubrir en el mundo externo, sino que permanece oculta en tu interioridad, esperando ser dada a luz mediante un proceso introspectivo. Claro que el desafío que propuso Sócrates es realmente difícil, y aunque fue adoptado por Sigmund Freud para crear el método psicoanalítico, sabemos que el conocimiento de nosotros mismos es un trabajo para toda la vida, y que la muerte nos encontrará siempre en «el intento». Por eso el consejo que daba Sócrates a sus discípulos es un auténtico llamado a filosofar: el ejercicio de la filosofía es imperecedero. Nunca dejamos de filosofar porque detrás de cada puerta —o respuesta— que abrimos siempre encontramos muchas puertas más. Esto hace de la filosofía un ejercicio inútil a los ojos de muchas personas. Sin embargo, solo el que abre la puerta sabe el placer que se siente en el asombro de comprobar que existen tantas otras más esperando ser descubiertas. Como el «placer en los bosques sin senderos» del poema de lord Byron,[13] el que filosofa conoce el gozo de dejar volar su pensamiento en busca de la idea, que no será jamás «la piedra filosofal», pero que ampliará y profundizará su visión del mundo y de sí mismo. El que filosofa sabe que, contrario a lo que afirmó Stephen Hawking —aunque probablemente en otro sentido—,[14] el universo parece ser infinito.

Sócrates deambulaba por las calles de Atenas respondiendo «solo sé que no sé nada» a todos los que se acercaban a él buscando respuestas a preguntas tipo «¿qué es la justicia?», «¿cómo puedo saber cuál es mi destino?», «¿qué es el amor?», «¿cuál es la diferencia entre el bien y el mal?».

Su archifamosa consigna le valió el reconocimiento de los dioses, que a través de la pitonisa del oráculo de Delfos lo declararon el hombre más sabio de Atenas. Pero ¿cómo puede ser sabio alguien que reconoce no saber nada? En esta paradoja, sin embargo, persiste un sentido de la sabiduría tan rico como poco comprendido en nuestro tiempo…

Este sentido no lo acuñó Sócrates ni tampoco la pitonisa del oráculo de Delfos. Hasta donde sabemos, el primero en concebir la sabiduría de esta manera fue Pitágoras allá por el siglo v a. C. Cuenta la leyenda que, debido a su notable erudición, alguien le preguntó a Pitágoras si se consideraba un sabio. Entonces Pitágoras respondió: «No, yo no soy sabio sino filósofo». A diferencia del sabio, que se reconoce poseedor de sabiduría, el filósofo es quien la ama. En el alma de todo filósofo existe una consciencia clara de su propia ignorancia. Esta es la causa de su propensión a sentirse siempre asombrado y lleno de dudas. En efecto, el saber que no sabe es el motor que mueve al pensador, impulsándolo a la búsqueda de la verdad. Y por eso todo filósofo, para serlo, debe experimentar la consciencia de su propia ignorancia a flor de piel.

Así, la respuesta del oráculo enseña que ser conscientes de que no sabemos es un signo de sabiduría. El que cree saber es el verdadero ignorante, porque la realidad es que nada sabemos, aunque nos cueste tanto reconocerlo. Gracias a su humildad y coraje para reconocer su ignorancia, Sócrates fue considerado el hombre más sabio de Atenas. Y por eso su figura y ejemplo trascendieron mucho más allá de su época, como prueba de que en la incertidumbre se encuentra la verdadera libertad para pensar.

Sin embargo —hay que reconocerlo—, la vida es generalmente más fácil si la vivimos sin cuestionarnos demasiado. No en vano cunde tanto el famoso dilema de «¿qué preferís, tener la razón o ser feliz?» (sobre el cual reflexionaremos más adelante). Cuestionarse no es fácil,

no solo porque requiere esfuerzo intelectual, sino también porque cuando dudamos de lo que habitualmente asumimos como verdadero corremos el riesgo de darnos cuenta de que estábamos equivocados, y entonces las certezas se esfuman y nos encontramos —como en las crisis— navegando en el mar de la incertidumbre y la inseguridad. Por eso hay personas que optan por no buscar la verdad, porque temen que ella pueda representar una amenaza a su «felicidad».

Los seres humanos poseemos *mecanismos de defensa psicológicos* que actúan de forma inconsciente para salvaguardar nuestra psiquis de los estímulos incómodos o dolorosos provenientes de la realidad. La negativa a conocer la verdad es, en este sentido, una propensión humanamente necesaria, útil y, por lo tanto, comprensible. Por eso el dilema no es siempre fácil de resolver… De hecho, el hacernos conscientes de algo que estamos negando en forma inconsciente es un proceso difícil y doloroso, a lo largo del cual debemos luchar contra las resistencias que nos protegen amparando nuestra psiquis detrás del escudo de la ignorancia.

Estos mecanismos funcionan a un nivel intrapsíquico, pero también en la humana tendencia a rehuir o negarse a cuestionar aspectos ligados al mundo exterior y las certezas que encontramos allí. Cuando hablamos y actuamos conforme con las creencias y las normas compartidas nos garantizamos la aprobación de los otros, que satisfacen nuestra necesidad de reconocimiento. La vulnerabilidad inherente a la condición humana nos hace dependientes de la aprobación de los demás y alimenta la tendencia a adherir sin demasiado cuestionamiento a la ideología de turno. Las respuestas cotizan muchísimo mejor en bolsa que las preguntas, y mientras los libros de autoayuda figuran en la lista de *best sellers*, los de filosofía yacen empolvados y olvidados en los anaqueles más recónditos de algunas pocas librerías.

La ignorancia es, así, en cierto sentido, «una bendición»[15] para las mentes que anhelan el reposo y la tranquilidad de una vida sin la angustia o el vértigo de la incertidumbre. Nuestros consustanciales «mecanismos de defensa» son los que liberan nuestra conciencia de una carga que, hay que reconocerlo, muchas veces supera nuestra capacidad de resistencia. Por eso, como psicóloga, siempre digo a mis

pacientes que solo ellos saben cuál es su propio límite en el difícil proceso de «hacer consciente lo inconsciente». Porque el deseo de ser feliz es inevitable, pero a veces nos coloca en una situación en la cual nos rehusamos a confrontar una verdad que, por no ser encarada, encuentra la forma de expresarse a través del síntoma que genera el malestar. Por ejemplo, cuando no nos sentimos satisfechos con nuestra carrera, pareja o trabajo. La insatisfacción, cuando no es atendida, puede manifestarse en estados de ánimo disfuncionales, como la apatía, la ansiedad, la depresión o la irritabilidad. Mas, así y todo, no es raro inventarse inconscientemente excusas para evitar confrontar el dilema: «ya me falta poco para terminar la carrera», «si bien no es bueno conmigo, mi marido es un buen padre» o «a pesar de que paso contando las horas para irme, el trabajo que tengo es cómodo y gano un buen sueldo». Pretextos que nos eximen de tener que tomar una decisión y arriesgarnos a una alternativa que no podemos prever con total certeza: ¿qué pasa si no encuentro otra carrera que me guste realmente? ¿Y si me separo y después me doy cuenta de que en realidad estaba enamorada? ¿Y si renuncio a este trabajo y luego no encuentro ningún otro que me permita sentirme realizada, o si el sueldo no es suficiente para garantizarme el nivel de vida que pretendo? La confrontación de la realidad o la verdad nos fuerza a tomar una decisión, con toda la incertidumbre y el riesgo que esto conlleva. Por eso hay tantas personas que, de cara al dilema, optan por desestimarlo y ser «felices» con lo que ya tienen.

Pero, aunque la negativa a buscar la verdad puede ser, en ciertas ocasiones, garantía de bienestar, hay mentiras que se resisten a ser disfrazadas de verdad. Sin importar cuántas veces la repitamos, la mentira persiste en su afán de ser mirada de frente y reconocida como lo que es: una simple farsa. Porque, al fin y al cabo, lo cierto es que no me hace feliz mi trabajo, aunque me quede cómodo y gane un buen sueldo. Podemos hacernos la trampa al solitario, pero bien en el fondo siempre sabemos que no estamos ganando el partido de verdad.

Este popular dilema es el que lleva a muchos a creer que la vida de un filósofo debe ser necesariamente desdichada. Si la duda —como condición indispensable en la búsqueda de la verdad— es una fuente de malestar, entonces quien se cuestiona debe sentirse casi siempre

insatisfecho y, por ende, infeliz. De acuerdo a esta lógica, más vale dedicarse a una ocupación o una profesión que nos permita conquistar resultados seguros y constatables y así, podamos sentir que sabemos. Porque puede que haya sido el más sabio, pero ¿fue también Sócrates el más feliz?

INCERTIDUMBRE, CORAJE Y LIBERTAD

En *Así habló Zarathustra*, Nietzsche retrata en forma magistral el desasosiego que experimenta quien se lanza a la aventura del pensamiento y el coraje que se requiere para hacerlo: «Si en mí hay aquel placer indagador que empuja las velas hacia lo no descubierto, si en mi placer hay un placer de navegante; si alguna vez mi júbilo gritó: La costa ha desaparecido —ahora ha caído mi última cadena—, lo ilimitado ruge en torno a mí, allá lejos brillan para mí el espacio y el tiempo, ¡bien!, ¡adelante!, ¡viejo corazón!».[16] El «placer indagador» que impulsa a Zaratustra a ir en busca de lo aún no sabido es avivado por el asombro que, a su vez, alimenta la sensación de desorientación y abandono, de encontrarse perdido en medio de un mar sin tierra a la vista. La confusión y el extravío de cara a la desaparición de las referencias dadas por ciertas rugen en el alma del navegante, que de pronto se encuentra solo y sin brújula en la inmensidad de un océano ilimitado. El náufrago ahora sabe que, en su soledad (esa «suerte de los espíritus excelentes», según Schopenhauer), debe *elegir* hacia dónde empujar sus velas y adentrarse en mares aún más profundos y lejanos, sabiendo que siempre puede equivocarse. Sin ninguna certeza respecto de dónde y cuándo volverá a pisar suelo firme, el navegante descubre que se le «ha caído la última cadena» y que ahora es libre para explorar. Así, a pesar de la angustia que ruge en el alma de todo náufrago, Zaratustra encuentra el coraje para decirle a su corazón que vale la pena seguir buscando.

Existe un paralelismo entre este pasaje de Nietzsche y el «periplo del héroe» del mitólogo y antropólogo estadounidense Joseph Campbell. En *El héroe de las mil caras*, Campbell sostiene que los héroes de los más diversos mitos y regiones tienen una característica común: «El héroe se lanza a la aventura desde su mundo cotidiano a regiones de

maravillas sobrenaturales; el héroe tropieza con fuerzas fabulosas y acaba obteniendo una victoria decisiva; el héroe regresa de esta misteriosa aventura con el poder de otorgar favores a sus semejantes».[17] El camino del héroe es un concepto muy usado en la psicología analítica para representar el difícil proceso introspectivo del autoconocimiento, en el cual debemos enfrentar nuestras «sombras» o aspectos propios que permanecen inconscientes porque nos resultan desagradables o inaceptables. La victoria consiste en la integración de las sombras a nuestra personalidad para que puedan convivir con nuestras luces. Solo así podremos llevar una existencia más íntegra y auténtica, procurándonos un mayor bienestar a nosotros mismos y, por efecto contagio, a los que nos rodean. Como enseña Nietzsche: igual que el sol, con su luz y calor, quien se siente bien derrama bienestar a su alrededor.

Pero el camino del héroe exige adentrarse en regiones oscuras y tropezar con fuerzas que requieren coraje para ser confrontadas y superadas. El camino del héroe es uno en el que la incertidumbre está a la orden del día. Porque lo emprendemos sabiendo que no va a ser fácil, ignorando qué descubriremos durante el periplo y cuándo regresaremos. El camino del héroe es el viaje iniciado por quien tiene una inquietud para la cual no logra encontrar una solución completamente satisfactoria y, empujado por la duda, se lanza a la búsqueda. La filosofía nos zambulle en el mar de incertidumbre en el que se debaten todos los héroes que buscan. Incluso a los más incautos, que recurren a ella con la vana esperanza de encontrar respuestas firmes que remedien su angustia.

LA ALEGORÍA DE LA CAVERNA

Como docente, siempre digo a mis alumnos que un buen filósofo es quien formula buenas preguntas. Vivimos en una cultura que nos enseña que lo importante son las respuestas y que las preguntas son incómodas, inútiles incluso, mientras no sean contestadas. Pero el valor de la respuesta depende directamente de la calidad de la pregunta. Las preguntas concretas y triviales se satisfacen con respuestas «obvias»; las profundas y perspicaces son las que conducen

a los hallazgos más transformadores y significativos.

En la alegoría de la caverna, uno de los más célebres mitos de la historia de la filosofía, Platón representa el mundo físico en el que vivimos como una lúgubre cueva habitada por personas encadenadas y convencidas de que todo lo que existe, y que ellas llaman «realidad», son las sombras que ven proyectadas en la pared del fondo de la caverna. No son conscientes de su engaño, de que lo que toman por real no son más que imágenes ilusorias, y por eso no sienten la necesidad de examinarlas ni cuestionarlas para descubrir su verdadero sentido. A través de este mito, Platón quiso ilustrar la naturaleza falaz de todo conocimiento adquirido a través de los sentidos, impugnando el célebre eslogan «ver para creer», que ya en el siglo IV a. C. gozaba de una aceptación considerable. Según Platón, la confianza ciega en la información adquirida a través de la percepción sensorial representa, precisamente, la «ceguera» que nos impide distinguir la realidad aparente de la auténtica. Como buen discípulo de Sócrates, Platón enfatizó la importancia de diferenciar la mera opinión (*doxa*) del verdadero conocimiento (*episteme*): mientras los habitantes de la caverna se alimentan de opiniones, el filósofo —movido por la sed de conocimiento— consigue liberarse de las cadenas que lo mantienen en cautiverio y emprender el «camino del héroe» en busca del conocimiento verdadero.

Igual que todas las grandes ideas de la historia de la filosofía, la alegoría de la caverna goza de una asombrosa actualidad. Con el objetivo de demostrar lo imperecederas que son las grandes cuestiones filosóficas, en mis clases invito a los estudiantes a imaginar un diálogo con los autores estudiados: «Pensemos qué dirían Nietzsche, Spinoza, Schopenhauer, Hegel o Platón acerca de este tema, hecho o pregunta particular…». Es de los ejercicios que más disfruto, ¡y no falla nunca! Los estudiantes enseguida comprueban que las verdaderas preguntas filosóficas no tienen fecha de vencimiento, y por eso un mito escrito en el siglo IV a. C. puede tener tanta afinidad con una película que, veinticinco siglos después, fue un éxito de taquilla. Porque seguro que los hermanos Wachowski pensaron en la alegoría de la caverna cuando crearon *Matrix*. Y por eso Neo representa a la perfección al filósofo que en el mito de Platón sentía que la realidad en la cual se encontraba

dentro de la caverna no le terminaba de cerrar, y decide renunciar a las seguridades de ese mundo aparente para ir en busca de la verdad.

Pero el afán de trascender lo inmediato o concreto no es, *per se*, garantía de conocimiento. Porque las dudas que dispara el asombro no siempre tienen una respuesta satisfactoria. De hecho, las cuestiones filosóficas (que Fernando Savater denomina «preguntas de la vida»)[18] no tienen nunca una solución definitiva. Podemos saber, casi a ciencia cierta, cuántas personas murieron en el mundo por coronavirus al día de hoy, que la Tierra gira alrededor del sol y que el gas metano producido en los procesos digestivos de las vacas impacta negativamente en la capa de ozono. Pero es imposible saber, con absoluta certeza, si Dios existe, qué sucede después de la muerte o si los seres humanos gozamos de libre albedrío.

SÓCRATES VERSUS LOS SOFISTAS

En una de sus obras más conocidas, *Las nubes*, Aristófanes (comediante griego del siglo IV a. C.) se burla de Sócrates presentándolo como un *astronomosofista*: astrónomo por ocuparse demasiado de las cosas del cielo y no del mundo real, y sofista con la intención de acusarlo de charlatán. Esto último representaba una auténtica afrenta contra Sócrates, quien se oponía abiertamente al relativismo de los sofistas, así como a su forma de enseñar filosofía. Porque mientras los sofistas creían que «el hombre es la medida de todas las cosas»,[19] y por ende ninguna opinión es más verdadera o válida que otra ya que la verdad es siempre relativa, para Sócrates el Bien y la Verdad no dependen de decisiones o criterios humanos, sino que son universales, imperecederos e inmutables. Así, los sofistas cobraban por instruir a sus alumnos en el arte de la retórica, enseñándoles técnicas y argucias argumentativas para seducir y persuadir a sus interlocutores. Sócrates, por el contrario, no cobraba por sus enseñanzas porque creía que la verdad no se enseña, sino que se descubre (o «recuerda»), y que el rol del maestro es estimular y acompañar a su discípulo en el proceso de descubrirla.

Lo cierto es que los sofistas gozan de muy mala prensa. Y si bien su mala fama es discutible, la razón por la cual para muchos filósofos es

un insulto ser llamados *sofistas* se debe a que el término significa «sabio» o «experto». Los sofistas, también según Protágoras, buscaban «convertir en sólidos y fuertes los argumentos más débiles». Creían que los humanos somos incapaces de conocer una verdad que sea válida para todos y que hay que practicar el arte de la persuasión —siempre al servicio de quien habla— para conseguir la aprobación y la adhesión de las demás personas. Los sofistas pensaban que había que mostrarse como conocedor y poseedor de la verdad (aun a sabiendas de que eso no es cierto), y que esto es posible mediante el uso perspicaz de la palabra y el empleo de razonamientos engañosos (también llamados *sofismas* o *falacias*). Se dedicaban a enseñar retórica, y trabajo no les faltaba, ya que en la democracia de Pericles los ciudadanos discutían y votaban juntos en la Asamblea. El dominio de la oratoria era en ese entonces (y aún sigue siendo) de mucha utilidad para el ejercicio del arte de la política, y los sofistas enseñaban a sus jóvenes alumnos la técnica de la oratoria para que pudieran desenvolverse exitosamente en las discusiones y los debates públicos como futuros ciudadanos. Así, la mala fama de los sofistas no es enteramente justa, especialmente si creemos que «la democracia es el peor sistema de gobierno, exceptuando todas las otras formas que se han probado de vez en cuando».[20] La democracia se basa en el principio de que *todas* las opiniones cuentan y deben ser igualmente consideradas. Así, el relativismo que promulgaban los sofistas es la clave de todo sistema democrático de gobierno.

Platón, por ejemplo, que fue uno de los más radicales opositores de los sofistas, era un declarado antidemócrata. Su aversión a la democracia (a la que consideraba el peor sistema de gobierno después de la tiranía) se fundamentó en el hecho de que Sócrates había sido condenado a muerte democráticamente (con 280 votos a favor y 221 en contra). Platón interpretó el fallo como el triunfo de la ignorancia sobre la razón debido a lo absurdo de creer que un maestro como Sócrates (dedicado a enseñar el conocimiento de uno mismo y la búsqueda de la Verdad) podía promover la corrupción y fomentar la ignorancia en sus discípulos. De esta manera, en *La República*[21] Platón argumentó a favor de una aristocracia de filósofos (basados y guiados por la búsqueda del verdadero conocimiento) para gobernar la polis,

garantizando una correcta administración de la Justicia y velando por el Bien Común.

Como buen discípulo de Sócrates, Platón creía que las decisiones y las acciones incorrectas son producto de la ignorancia. Si sabemos lo que es bueno y justo, actuaremos conforme a ello. Porque la voluntad humana siempre está motivada por el saber, y nuestros actos y elecciones son guiados por lo que consideramos verdadero o justo. Contrario a los sofistas, y al igual que su maestro, Platón creía que debemos separar las creencias justificadas de las opiniones no examinadas. Siempre digo que si Platón renaciera en este siglo XXI y observara el auge de Twitter, por ejemplo, pensaría que las fronteras que separan el conocimiento de la opinión se encuentran aún mucho más desdibujadas y confusas que en su época. En este sentido, seguro que estaría de acuerdo con Umberto Eco cuando dijo que «las redes sociales les dan el derecho a hablar a legiones de idiotas que primero hablaban solo en la mesa del bar, sin dañar a la comunidad. Eran silenciados inmediatamente y ahora tienen el mismo derecho a hablar que un premio nobel. Es la invasión de los idiotas».[22] Pero también es verdad que las redes sociales son un claro bastión de la libertad de opinión sobre la que se fundamenta la verdadera democracia.

A pesar de su mala fama, los «sofistas contemporáneos» (que, vale aclararlo, nada se parecen a los auténticos sofistas de antaño) gozan de una popularidad impensable para cualquier filósofo inspirado en el «solo sé que no sé nada» socrático. De cara a la incertidumbre, la mayoría sale rauda y veloz en busca de algún «experto» que le proporcione la respuesta que está buscando. Porque, en general, importa mucho más la respuesta (sin importar su validez o verdad) que las razones o los argumentos que la fundamentan. Hoy el éxito cuelga del brazo de los dispensadores de recetas estilo *one size fits all*[23] comercializadas por *influencers* —seguidos por millones a través de las redes sociales— que ofrecen testimonio de su eficacia.

INCERTIDUMBRE Y POSVERDAD

A mediados del siglo pasado comenzó a gestarse un proceso de transformación cultural impulsado por movimientos sociales,

filosóficos y artísticos que cuestionaron los ideales que caracterizaban la modernidad, como la confianza puesta en el poder de la razón humana y el conocimiento científico para hacer posible el progreso de la humanidad. Mientras en la Edad Media se creía que la verdad y el bien eran conocimientos revelados a los hombres por un Dios omnisapiente a quien había que atender y obedecer, la modernidad despojó a aquel Dios de su poder para ponerlo en manos del hombre. Ya no a través de la fe, sino mediante el uso de la razón y el desarrollo del conocimiento científico, el ser humano libre y soberano podía descubrir y explicar las leyes de la naturaleza con el objetivo de dominarla y garantizarse una mejor calidad de vida. Si hubo una fe característica de la Época Moderna, esta fue en el progreso llevado a cabo por obra y gracia del entendimiento humano.

Pero esta fe en el progreso y en la capacidad del ser humano para conocer y dominar la Naturaleza y a sí mismo —encarnada modélicamente en el *cogito ergo sum* o «pienso, luego existo» cartesiano — fue perdiendo fuerza de a poco, hasta desmoronarse finalmente de cara a los horrores de las dos guerras mundiales, el desencanto provocado por el fracaso de grandes ideologías que prometían bienestar y felicidad, el triunfo de la sociedad de consumo y la cultura de masas, en las que el ser humano es convertido en un cliente al que hay que seducir para manipular. Y la posmodernidad es, precisamente, el retoño de este desencanto. Uno de los filósofos más emblemáticos del movimiento posmoderno, Jean-François Lyotard,[24] identificó a la posmodernidad con «la caída de los metarrelatos»; «Debemos acostumbrarnos a pensar sin moldes ni criterios. Eso es la posmodernidad».[25] Como el derrumbe del muro de Berlín, que separaba dos ideales opuestos y bien delimitados, la posmodernidad trajo consigo la caída de las metateorías que explicaban y daban sentido a la realidad. La razón, Dios, la ciencia, las grandes ideologías sociales y políticas dejaron de ser fórmulas seguras e infalibles; los grandes ídolos tradicionales de la cultura occidental eran poco a poco «decapitados» con la fuerza del desengaño.

No en vano Nietzsche afirmó que su pensamiento sería comprendido póstumamente; su anuncio de «la muerte de Dios» (o el derrumbe de los grandes ídolos o teorías que ofrecían respuestas acabadas y

universales) se hizo carne casi un siglo después de su muerte. Y, junto con esto, la caída en el nihilismo (caracterizado por la ausencia de convicciones y valores) que Nietzsche también había vaticinado como consecuencia inevitable de la caída de los grandes relatos que daban sentido a la vida. Como afirmó Iván Karamázov en la novela de Fiódor Dostoyevski,[26] «si Dios no existe, todo está permitido».

La posmodernidad nos sumergió poco a poco, y sin demasiada consciencia, en el mar de la incertidumbre, en el cual estamos forzados a nadar sin referentes que nos señalen el camino correcto o seguro para llegar a tierra firme. Esta falta de certezas fue celebrada por muchos, y con razón, ya que, una vez finiquitados los grandes relatos dadores de respuestas inequívocas, los seres humanos gozábamos de una mayor libertad para pensar. Ahora podríamos ir en busca del sentido de la vida, sin la obligación de aprender y obedecer pautas y mandatos establecidos por otros, ya sea Dios, la ciencia o los heraldos de las más diversas ideologías. A partir de la caída de los metarrelatos, la humanidad se liberó de los dogmas que limitaban la libertad para cuestionarse y pensar. Pero también se encontró más desorientada, desprovista de creencias, normas y modelos sobre los cuales fundamentar sus decisiones y conducirse en la vida. Ahora nada tiene un sentido o un significado predeterminado, y por eso, como escribió Dostoyevski, todo está permitido.

Y si bien es verdad que en la ausencia de principios y objetivos preestablecidos se abre una oportunidad ideal para conquistar nuestra autonomía intelectual y moral, también es cierto que la carencia de certezas no nos es fácil de sobrellevar, porque nos fuerza a sostenernos en la duda, a navegar en el mar de la incertidumbre buscando islas (o microrrelatos, siempre relativos y contingentes) donde desembarcar cada tanto, pero sabiendo que siempre existen más islas o posibilidades en que recalar. ¿Cuál es, entonces, la isla más apropiada para construirme un hogar? Ya no hay nada ni nadie que me lo asegure, y soy yo quien debe elegir cuál es la más adecuada. Sí, la duda es apasionante (¿qué filósofo podría negarlo?), pero los seres humanos también deseamos la monotonía de las certezas para poder sentirnos seguros y amparados. Necesitamos echar raíces en algún lugar para poder construirnos una identidad. Pero para hacerlo con

confianza y libres del temor a equivocarnos precisamos algún tipo de certeza de que *esa* es la mejor de todas las alternativas posibles. De lo contrario, la duda (si acaso no nos paraliza) nos impulsará a descubrir y explorar nuevas islas (Nietzsche las llama «perspectivas»). Pero el problema es que siempre habrá más y más islas…

Si los seres humanos somos naturalmente buscadores de sentido y certezas, es muy factible que busquemos y nos aferremos a algún indicio que nos permita sentirnos confiados en que estamos navegando en la dirección correcta para llegar al lugar en que «debemos» estar. Nietzsche confió en que el nihilismo sería superado cuando los seres humanos, libres de dogmas y respuestas absolutas, pudiéramos *crear* nuestros propios valores y *elegir* el sentido de nuestra vida. Pero quizá fue demasiado optimista, o amó tanto al ser humano como para confiar en nuestra capacidad para vivir sin Dios o sin Verdad.

En el año 2016 el diccionario de Oxford declaró que *posverdad* fue la palabra del año. *Posverdad* es un neologismo que denota la idea de que la verdad, o los hechos objetivos o racional y empíricamente coherentes y justificados, no importan. Así como la posmodernidad se gesta a partir de la devaluación de los ideales ilustrados de la modernidad, la posverdad lo hace a partir de la devaluación de la verdad, que deja de ser un bien digno de ser buscado (o exigido). La posverdad es secuela del nihilismo perpetuado, en gran parte, por el auge de encuadres posmodernos, más ocupados en deconstruir los grandes relatos totalizadores y absolutos que en construir relatos menos ambiciosos, pero con suficientes claridad conceptual y rigor argumentativo como para ser tomados en serio. Así, la verdad quedó sepultada en las ruinas de los metarrelatos, y de nada vale el esfuerzo de rescatarla; total, ¿quién tiene la potestad o la autoridad para hablar en nombre de ella? En el mejor de los casos todos, que es lo mismo que nadie… Por eso, hoy la regla es adherir a los discursos (y los posteos en las redes sociales) que proclaman lo que a cada uno le sirve o quiere escuchar. O, para quien no desee incurrir en el egoísmo individualista de suscribir (o votar) lo que personalmente le sirve o conviene, siempre están los discursos «políticamente correctos», muchos de ellos convertidos en nuevos metarrelatos incuestionables, disimulados tras pancartas que, paradójicamente, reclaman respeto por

la diversidad o las minorías históricamente denostadas y excluidas. ¿Y si son una falacia? ¡Qué importa! Porque que tire la primera piedra quien se sienta capaz de cuestionarlas. Y quien se arriesgue a tirarla corre el riesgo de ser apedreado —por engreído, intolerante, conservador o ignorante— a cambio de su osadía. Una reacción a este proceder fue expresada en una carta publicada en la *Harper's Magazine*[27] firmada por 153 personas, en su mayoría académicos y escritores críticos del «antiliberalismo» y *la cultura de la cancelación*, en la cual denuncian «la intolerancia hacia los puntos de vista opuestos, la moda del vituperamiento público, el ostracismo y la tendencia a disolver problemas políticos complejos con una certeza moral que enceguece». La carta recibió tanto elogios como críticas, y, aunque fue firmada por profesionales exitosos con grandes plataformas (algunos de los cuales habían sido vituperados y excluidos por hacer declaraciones que atentaban contra los criterios de corrección política), lo cierto es que cualquier persona anónima puede sufrir las mismas consecuencias, aunque no en forma tan pública y masiva, sí dentro de la comunidad a la cual pertenece, que puede interpretar ciertos dichos o declaraciones contrarios a las creencias y los valores establecidos como una amenaza contra su propia integridad.

La corrección política, tanto de derecha como de izquierda, así como cualquier otra forma de intolerancia al cuestionamiento o a la diversidad de perspectivas, representa la resistencia a la libertad de pensamiento y la confrontación de ideas para la búsqueda de la verdad. Porque con la verdad pasa lo mismo que afirma Carlos Fuentes respecto de la libertad: no existe la verdad (o al menos no que nosotros sepamos hasta ahora) sino la búsqueda de la verdad, y esa búsqueda es lo que nos hace más sabios, y también más libres.

Así, la incertidumbre, elogiada por Sócrates y recuperada —después de veinticinco siglos de olvido— en la posmodernidad, no es un motivo para la desestimación de la verdad. Todo lo contrario: el problema no es no saber (esto es lisa y llanamente inevitable para nosotros, seres humanos equívocos, falibles y vulnerables); lo malo, lo injusto y lo opresivo es no saber y, sin embargo, creer que se sabe.

3 Sartre, J. P. (2017), *A puerta cerrada*, Madrid, Editorial Losada.

4 Schopenhauer, A. (2009), *Parerga y Paralipómena*, Madrid, Editorial Valdemar.

5 Emmanuel Lévinas fue un filósofo y escritor lituano (1906-1995).

6 Fromm, E. (1985), *El corazón del hombre*, México DF, Fondo de Cultura Económica.

7 Yuval Noah Harari es un historiador y escritor israelí, autor de obras como *Sapiens: de animales a dioses*, *Homo Deus* y *21 lecciones para el siglo XXI*.

8 Karl Popper (1902-1994) fue un filósofo austríaco, creador del falsacionismo, según el cual ninguna teoría científica es absolutamente verdadera, sino a lo sumo «no refutada».

9 Apodo asignado a Aristóteles por haber nacido en Estagira, una cuidad de la Antigua Grecia en la península de Calcídica, situada en la provincia de Macedonia.

10 Shelley, P. B. y Keats, J. (2020), *Adonais y otros poemas*, Buenos Aires, Editorial Alastor.

11 Schopenhauer, A. (2009), *El mundo como voluntad y representación*, Madrid, Editorial Trotta.

12 Platón (1988), *Diálogos III: Fedón, Banquete y Fedro*, Madrid, Editorial Gredos.

13 Byron, G. G. (2007), *Poemas escogidos*, Madrid, Colección Visor de Poesía.

14 Hawking, S. (1942-2018). En su última teoría, que ideó junto al físico de la Universidad Católica de Lovaina (Bélgica) Thomas Hertog y que fue publicada justo después de su fallecimiento en la revista *Journal of High Energy Physics*, proponía que el universo es finito y mucho más sencillo de lo que había pensado con anterioridad.

15 En alusión a la afamada expresión de William Shakespeare «Cuando la ignorancia es una bendición, saber es una locura».

16 Nietzsche, F. (2003), *Así hablo Zaratustra*, Madrid, Alianza Editorial.

17 Campbell, J. (1972), *El héroe de las mil caras. Psicoanálisis del mito*, México DF, Fondo de Cultura Económica.

18 Savater, F. (2008), *Las preguntas de la vida*, Madrid, Editorial Ariel.

19 Frase adjudicada al sofista griego Protágoras (siglo IV a. C.). Según Sexto Empírico (médico y filósofo escéptico griego del siglo II a. C.), esta frase se encontraba en la obra *Los discursos demoledores*, de Protágoras.

20 Expresión de Winston Churchill (1874-1965), político, estadista, historiador y escritor británico. Fue primer ministro del Reino Unido en dos períodos: 1940-1945 y 1951-1955. Tomada de Žižek, S. (2016), *Problemas en el paraíso. Del fin de la historia al fin del capitalismo*, Barcelona, Anagrama.

21 Platón (2014), *La República o el Estado*, Barcelona, Grupo Planeta.

22 Declaraciones de Umberto Eco (1932-2016), semiólogo, filósofo y escritor italiano, recogidas por el diario italiano *La Stampa*.

23 Expresión del idioma inglés que significa «lo mismo vale para todos».

24 Lyotard, J. F. (2016), *La condición posmoderna*, Madrid, Ediciones Cátedra.

25 Iriart, C. (22 octubre de 1985). Jean-François Lyotard: «El posmodernismo es acostumbrarse a pensar sin moldes ni criterios».

26 Dostoyevski, F. (2017), *Los hermanos Karamázov*, Madrid, Penguin Clásicos.

27 *Harper's Magazine* (7 de julio de 2020), A Letter on Justice and Open Debate.

El deseo

Ten fe ciega, no en tu
capacidad para el triunfo,
sino en el ardor con el que
lo deseas.
HORACIO QUIROGA

EL DESEO DESEA DESEAR

¿Deseamos las cosas porque son buenas? ¿O son buenas porque las deseamos? ¿Podemos desear lo indeseable? Y si así fuera, ¿no sería esto una contradicción? ¿Puede ser deseable lo que no deseamos? ¿Podemos incurrir en el error de creer que deseamos algo que en realidad no deseamos? ¿Acaso existe un deseo superior o supremo, como puede ser el placer o la felicidad, que motiva todos los demás deseos, como el de comer una torta de chocolate, comprarse un vestido, leer a Nietzsche o caminar por las mágicas calles de Venecia?

Cuando decimos que deseamos tomar un helado de dulce de leche, darnos un baño de mar, ponernos *ese* traje que vimos en la tienda para ir a una fiesta de cumpleaños, viajar a las islas griegas o comprarnos el último iPhone, ¿acaso deseamos todas estas cosas porque son buenas? ¿O lo que las hace buenas es el hecho de que deseamos probarlas, experimentarlas, poseerlas?

Pensándolo bien, siempre estamos deseando algo, incluso dormidos, mientras soñamos.

Según Baruch Spinoza, filósofo holandés de origen sefardí del siglo XVII, el deseo es la esencia misma del ser humano, a la cual identificó con el término *conatus*, usado por los filósofos antiguos para denominar el instinto de conservación o supervivencia, tanto de los animales como de los seres humanos. El *conatus* para Spinoza es el

deseo que sigue al orden de la naturaleza (o, dicho de otra manera, el motor inherente que nos impulsa a fluir con la naturaleza) y hace que cada cosa se esfuerce por perseverar en su ser o continuar siendo lo que es. Tan relevante es el deseo en la filosofía spinoziana que para «el más noble y amable de todos los filósofos» (como lo calificó el filósofo británico Bertrand Russell) las cosas son buenas porque las deseamos, y las deseamos porque la naturaleza humana consiste, precisamente, en desear. Somos, en esencia, sujetos deseantes. El deseo es el motor que nos mueve a seguir siendo lo que somos y a potenciarlo. Esto se ve muy claramente en los animales, que se mueven por el deseo de existir al cual denominamos «instinto de supervivencia». Sin este instinto las especies perecerían tarde o temprano, por eso oficia de guía para el comportamiento de los seres animados para preservar su existencia. Pero para Spinoza, más que un impulso instintivo, el deseo es amor a la vida, y es probable que Nietzsche se haya inspirado en esta idea cuando en *El crepúsculo de los ídolos* escribió: «En verdad, nosotros amamos la vida no porque estemos habituados a vivir, sino porque estamos habituados a amar».[28] Es el amor —o el deseo— lo que nos distingue de los objetos inertes como las piedras, los muebles o esta computadora en la que me encuentro escribiendo ahora. Las cosas inanimadas carecen de apetitos, voluntad y propósito. Su existencia depende de la acción que los fenómenos naturales y los seres vivos ejercemos sobre ellas. Desposeídas de cualquier forma de conciencia, su existencia se reduce a un «estar ahí» en el mundo, a la merced de cualquier fenómeno, acción o voluntad ajena. No son impulsadas por ningún *conatus*, porque su propia inercia excluye la posibilidad de que se muevan por sí mismas. Como mi teléfono celular, que en este preciso momento no para de vibrar y desviar mi atención de lo que estoy escribiendo: su vibración es causada por alguna llamada que está programado para responder de esa precisa manera (ya que yo misma desactivé el sonido y dejé la opción de vibración encendida). Mi celular no eligió recibir esa llamada y tampoco estar en modo vibración. Tan solo reacciona de acuerdo con la forma en que fue programado, y no posee la conciencia necesaria para saber que me está molestando. Mi celular tampoco sabe que, en un arranque de furia, puedo tirarlo al piso y hacerlo pedazos. De todas formas, no

sentirá dolor porque es solo un objeto, una máquina hecha de plástico, vidrio, cerámica y metales diversos. Mi celular no está impulsado por ningún deseo de perseverar en su ser, carece de instinto de supervivencia y la posibilidad de ser aniquilado no le genera angustia ni representa un problema para él (en todo caso el problema será mío, ya que tendría que conseguir uno nuevo).

Así, siguiendo la lógica de Spinoza, podemos concluir que «el deseo desea desear», porque en la medida en que desea, la conservación de lo animado está garantida. El deseo es la expresión del propio instinto de supervivencia.

Siempre recuerdo un debate que se generó en una clase de Psicofarmacología cuando era estudiante en la Facultad de Psicología de la Universidad de la República: estábamos reflexionando acerca del intento de autoeliminación y de cómo los profesionales de la salud debemos intervenir para evitarlo. Entonces alguien preguntó si la intervención no podía ser interpretada como una coerción a la libertad de las personas para elegir si desean o no vivir. La pregunta generó un debate de ideas y posturas bien interesante, que me hizo recordar la famosa afirmación del escritor y filósofo argelino Albert Camus, en su obra *El mito de Sísifo*,[29] donde afirma que el único problema filosófico verdaderamente serio es el suicidio. Camus creía que todos debemos preguntarnos si la vida merece la pena ser vivida, y aunque él creyó que sí, eso no significa que la respuesta sea la misma para todos. De hecho, no existe consenso entre los filósofos respecto de si el suicidio puede ser una elección racional o si debe ser moralmente admisible. Mientras Tomás de Aquino y Kant se oponen filosóficamente al suicidio, otros pensadores, como David Hume y Schopenhauer, lo consideran moralmente aceptable y legítimo. Sea como sea, y volviendo a aquel debate en la clase de Psicofarmacología, la profesora explicó que la intervención en un intento de autoeliminación está fundamentada en el hecho de que, aunque conscientes de ser mortales, los seres humanos siempre deseamos vivir. Y, así, es presumible que la ausencia de este deseo indique la presencia de una patología o enfermedad psíquica. Este argumento suena razonable si pensamos en la extraordinaria cantidad de seres humanos que sufren o llevan vidas realmente miserables (padeciendo guerras, abusos, explotación,

abandono y enfermedades) y, sin embargo, siguen aferrándose a la vida.

Aunque no siempre ni en todos los casos, existen razones para pensar que persiste en nosotros (bajo la forma de un impulso innato) el deseo de perseverar en nuestro ser. Que deseamos seguir siendo, viviendo. Deseamos la vida incluso cuando ella no es buena con nosotros, y entonces tienen razón Spinoza y Nietzsche cuando sugieren que no deseamos las cosas porque son buenas, sino que son buenas porque las deseamos. El deseo o el impulso de vida antecede al juicio moral. Y así, el valor de la vida no depende de lo que nos proporciona (ya sea bienestar o malestar). La vida es buena porque la deseamos, incluso cuando nos frustra, cuando nos golpea, nos sacude con violencia y nos hace sufrir. Y la deseamos porque es buena en sí, porque es digna de ser amada más allá de los efectos circunstanciales que tenga sobre cada uno de nosotros.

Uno de los testimonios más bellos de esta idea es el *Himno a la vida* (1882), dedicado a Nietzsche por la filósofa, escritora y psicoanalista rusa Lou Andreas-Salomé:

Igual que cada amigo ama a su amigo,
así te amo yo a ti, vida enigmática.
Tanto si me haces gritar de gozo que llorar,
tanto si me das penas o placeres.
Yo te amo en la aflicción y en la alegría.
Y si alguna vez quieres acabar conmigo,
me arrancaré de tus brazos con dolor
como se arranca el amigo del pecho de su amigo.

Con todas mis fuerzas yo te abrazo.
Deja que en tu llama arda mi espíritu.
Y que en el fragor de la lucha,
encuentre yo la clave al enigma de tu ser.
Quién tuviera siglos para existir, para pensarte.
Abrázame con fuerza entre tus brazos.
Si no te queda ya felicidad que darme,
de acuerdo, ¡dame tu sufrimiento!

Encontrar el enigma de la vida… quizá sea este el sentido de filosofar. Pienso que Camus comprendió lo mismo cuando afirmó que la pregunta filosófica por excelencia es la del sentido de la vida. Pero el problema es que el tiempo del que disponemos para existir y pensar la vida es siempre finito. El enigma de la vida nos acompaña siempre, desde que empezamos a hacernos preguntas y hasta la muerte. ¿Será que la condición para develar el misterio es la muerte misma o, si no, la conquista de la inmortalidad?

¿ES DESEABLE LA INMORTALIDAD?

En el siglo IV antes de Cristo Platón afirmó que «los hombres viven celosos de la inmortalidad de los dioses». Y ahora, veinticinco siglos después, en su *best seller Homo Deus*,[30] el célebre historiador israelí Yuval Noah Harari escribió que «aunque no alcancemos la inmortalidad durante nuestros años de vida, es probable que la guerra contra la muerte siga siendo el proyecto más importante del presente siglo».

Somos los únicos animales conscientes de nuestra naturaleza mortal (algunos animales «saben» que van a morir en el momento en que están muriendo, pero no tienen consciencia de su finitud mientras viven), y esta consciencia es una de las más difíciles de sobrellevar. El sabernos mortales o reconocer que, como el título de la famosa película de Brad Pitt, «nada es para siempre» nos genera un monto considerable de angustia, seguramente a causa de aquel «esfuerzo por perseverar en nuestro ser» del que habló Spinoza. Pero además, la muerte representa para nosotros el máximo nivel de incertidumbre: frente a ella nos sentimos más vulnerables e inseguros que ante ninguna otra cosa. Porque no podemos conocerla (a no ser después de muertos, quizá…) y, por ende, tampoco controlarla. Como afirmó Martin Heidegger, uno de los más importantes filósofos existencialistas, «la muerte es la posibilidad de todas las posibilidades y, a la vez, la imposibilidad de todas las posibilidades, en la medida en que las habita a todas». Si bien las opciones que tenemos para elegir —así como la probabilidad de que nos sucedan cosas— son siempre

relativas y cambiantes, la eventualidad de la muerte está siempre presente dentro de nuestro abanico de posibilidades. Como el refrán popular: basta estar vivo para poder morir. Y esto aplica para todos los seres humanos en cualquier momento o circunstancia, desde el que está preso en una cárcel hasta el que viaja por el mundo, incluyendo a quien camina por la calle, conduce su automóvil o duerme plácidamente en su cama.

Así, tanto para Platón como para Harari, nuestro mayor desafío es superar a la muerte. Porque de esta manera conquistaríamos el poder que les hemos envidiado desde siempre a los dioses: la inmortalidad. Este deseo es el que ha motivado la búsqueda del conocimiento y el progreso científico y tecnológico que en este siglo XXI nos permiten crear inteligencia y vida artificiales. Y si es que lo logramos, eso representaría la victoria final del ser humano sobre el poder invencible e inexorable de la naturaleza, que nos condena a la mortalidad. Por otra parte, esta conquista nos liberaría de la famosa angustia existencialista que —como seres motivados por el deseo de vida, pero conscientes de nuestra propia mortalidad— debemos aprender a sobrellevar. En efecto, gran parte de la angustia que los existencialistas reconocen en el ser humano se debe al hecho de que nos resulta muy difícil aceptar nuestra condición mortal. Como bien lo advirtió Freud, «cada uno de nosotros tiene a todos por mortales menos a sí mismo».

Pero ¿es realmente deseable la inmortalidad? En principio deberíamos admitir que sí lo es, aunque solo sea por el hecho de que es uno de nuestros deseos más arcaicos y universales. Por otra parte, sabemos que la inmortalidad nos rescataría de la ignorancia que más nos duele y nos pesa: la de no poder saber ni controlar cuándo las parcas[31] cortarán el hilo de nuestra vida y qué pasará después de eso. ¿Será la nada, como cuando se nos aplica una anestesia general? ¿O pasaremos a otro mundo, como el cielo o el infierno que representa Dante en su *Divina comedia*? ¿Acaso será verdad que poseemos un alma inmortal que reencarna en otro ser y, así, vivimos muchas vidas, como afirma Brian Weiss en *Muchas vidas, muchos maestros*?[32] Sin importar nuestras creencias, lo cierto es que no podemos saber nada de esto a ciencia cierta. Y la inmortalidad nos aseguraría una respuesta certera a todas estas preguntas: no habrá un después desconocido

simplemente porque no habrá un final, ya que la muerte no existirá más.

En algún lugar leí que las estatuas lloran su propia inmortalidad. La imagen es bien esclarecedora porque en ella la inmortalidad queda asociada a lo petrificado, incapaz de moverse y cambiar. Una estatua es inmortal porque no es capaz de transformarse en otra cosa diferente a lo que es, y tampoco puede decidir, actuar y transformar el mundo en el que se encuentra. Claro que la estatua que llora sería una estatua consciente de su ser inerte, petrificado. Y por eso la metáfora es tan ilustrativa, porque podemos compararla con lo que seríamos los humanos conscientes de nuestra propia inmortalidad. Como en el cuento de Oscar Wilde «El príncipe feliz», que era una estatua hermosa, recubierta de oro, con dos zafiros brillantes en los ojos y un enorme rubí centelleante en el puño de su espada. La estatua era admirada por todos los mortales que pasaban junto a ella y la contemplaban, y se daba por descontada su felicidad a causa de su belleza y por no estar condenada al sufrimiento y la mortalidad. Pero aunque nadie lo percibiese, el príncipe no era en realidad feliz. Muy por el contrario, no cesaba de llorar a causa de las miserias humanas que veía a su alrededor, y que no podía remediar. Esto, hasta que una pequeña golondrina se apiadó de él y comenzó a llevarle ayuda a cada una de las personas que el príncipe le indicaba. El cuento termina con la muerte de la golondrina y el corazón de plomo del príncipe feliz partido por el dolor que le causó la desaparición de su amiga. La moraleja del cuento es que la sola voluntad nunca es suficiente para enderezar o transformar aquello que consideramos erróneo o injusto. Además de la intención (que el príncipe sí tenía), necesitamos el ánimo y la vitalidad de la golondrina para actuar en pos del cambio deseado. Por otra parte, «El príncipe feliz» también nos sugiere que ser inmortal no significa poseer vida eterna sino, por el contrario, carecer de ella. Porque estar vivo significa encontrarse movido por la fuerza del deseo y actuar en busca de su satisfacción. Y esto aplica tanto para el príncipe que desea ayudar a los más desvalidos como para el animal hambriento que va en busca de alimento, así como para la planta que necesita calor para crecer y se eleva entre las malezas buscando la luz del sol.

Así, volviendo a la pregunta acerca de si es realmente buena la inmortalidad, podríamos decir también que quizá no. Pero esto no quiere decir que no *deberíamos* desearla sin más. Porque si el deseo desea desear, entonces quizá sea cierto que para seguir teniendo una vida con sentido deberíamos desear la inmortalidad y, al mismo tiempo, desear no conseguirla jamás. Tremenda paradoja, ¿no?

En su cuento «El inmortal»,[33] Jorge Luis Borges narra las condiciones que deberían enfrentar los seres humanos si algún día alcanzaran la inmortalidad. El relato cuenta la historia de un militar romano, Marco Flaminio Rufo, que sale en busca de un río que da la inmortalidad a quien toma de su agua. En su camino se detiene a beber para calmar su sed, sin percatarse de que el agua que bebe es del río que tanto buscaba. Así es como llega a la tan deseada Cuidad de los Inmortales, donde descubre que la inmortalidad, lejos de ser un bien, es una condena que arrebata el sentido de todo lo que el ser humano conoce y hace: «Ser inmortal es baladí; menos el hombre, todas las criaturas lo son, pues ignoran la muerte; lo divino, lo terrible, lo incomprensible, es saberse inmortal […] Sabía (la república de hombres inmortales) que en un plazo infinito le ocurren a todo hombre todas las cosas […] Encarados así, todos nuestros actos son justos, pero también indiferentes. No hay méritos morales o intelectuales […] Nadie es alguien, un solo hombre inmortal es todos los hombres. Como Cornelio Agrippa, soy dios, soy héroe, soy filósofo, soy demonio y soy mundo, lo cual es una fatigosa manera de decir que no soy».

Un cuento no necesariamente revela las ideas o los valores de su autor, pero está claro que en «El inmortal» Borges examina el costo que tendría la inmortalidad para el ser humano. Y todo lo que escribe suena bien lógico, porque el cuento revela que lo terrible no es ser, sino *saberse* inmortal. La consciencia de ser inmortales nos sentenciaría a una existencia condenada a la indiferencia, en la que todo da lo mismo, porque todo siempre puede suceder. El abanico de posibilidades con las que contamos sería infinito; todo puede pasar, todo puede ser, todo menos la muerte, que ya no se erguiría, amenazante, sobre nuestro destino. Si fuésemos inmortales las posibilidades serían infinitas por el hecho de que no habría ni un

comienzo ni un fin de la vida: todos los días podríamos dejar para mañana lo que no hicimos hoy. Entonces, ¿qué sentido tiene hacer cualquier cosa si tanto da hacerla hoy, mañana o cualquier día en el transcurso de un tiempo que nunca se acaba?

Somos sujetos vivientes y deseantes porque sabemos que, llegado el momento (que generalmente no podemos prever ni controlar), nuestro ser y estar en este mundo va a terminar. Y si la muerte significa el fin del deseo como impulso vital, este también cesaría si fuésemos inmortales y conscientes de serlo. Por eso, más aún que la búsqueda de satisfacción, la verdadera función del deseo es desafiar a las parcas para seguir deseando —y, *ergo,* viviendo— el mayor tiempo posible.

LA DOBLE PARADOJA

Así, nos encontramos sujetos a una doble paradoja: en primer lugar, porque nos vemos impulsados por el deseo de perseverar en nuestro ser sabiendo, al mismo tiempo, que vamos a morir inevitablemente. Por otra parte, porque nuestro deseo desea inmortalidad y, al mismo tiempo, desea no satisfacer esta necesidad para poder seguir deseándola.

Por ejemplo, pensemos en el mito del Génesis, narrado en el Antiguo Testamento, y en lo dispares que fueron las actitudes de los dos personajes principales. Porque mientras Adán permanecía imperturbable en el Jardín del Edén, comiendo del árbol de la vida, que le garantizaba la inmortalidad, Eva no pudo resistirse al deseo de probar el fruto del árbol del conocimiento del bien y el mal. Hete aquí dos posturas diferentes, representativas de naturalezas igualmente distintas: la mortal y la inmortal. Porque la actitud de Eva es la de un ser deseante, movido por el ansia de inmortalidad (de hecho, la serpiente que la induce a tomar el fruto del árbol prohibido le dice que si come de él será como los dioses), mientras que la actitud de Adán es la de aquellos seres inmortales que encuentra Marco Flaminio Rufo en el cuento de Borges: «Echado en la arena, como una pequeña y ruinosa esfinge de lava, dejaba que sobre él girasen los cielos, desde el crepúsculo del día hasta la noche».

En el curso de literatura del liceo nos enseñaron que, si bien para

algunos se trata de un texto religioso de inspiración divina, la Biblia es también una obra literaria abierta a múltiples interpretaciones. Así, podríamos pensar que Eva —a diferencia de Adán— no había probado aún el fruto del árbol de la vida y era todavía mortal. Y esta sería la explicación para el móvil de su deseo, que la indujo a desobedecer el mandato de Dios y probar el fruto del árbol del conocimiento. Porque el deseo de inmortalidad está íntimamente vinculado con el deseo de certezas. Así, la mortalidad y la incertidumbre están íntimamente conectadas: ser conscientemente mortal significa «no saber». Y el deseo, entonces, encarnado en la figura de Eva, es deseo de saber o de resolver el enigma de la vida, como en el poema de Andreas-Salomé. Porque la vida es un enigma: no venimos al mundo con un texto que nos explique cómo y por qué estamos acá ni con un manual de instrucciones que nos indique cómo vivir la vida. La incógnita nos acompaña siempre, lo mismo que el afán de revelarla. Pero el tiempo necesario para resolver el enigma nunca es suficiente… De hecho, basta con mirar la historia de la filosofía para comprobar que muchas de las preguntas que se hicieron los primeros filósofos allá por el siglo VII a. C. siguen siendo las mismas que nos hacemos hoy. El enigma aún persiste, al igual que nuestro afán de resolverlo. Esta es la prueba más patente de que el deseo pulsa en nosotros y que desea seguir deseando siempre, aunque sepamos de antemano que el enigma es, en sí, indescifrable.

No en vano el mito griego de Pandora (otra que, como Eva, no pudo resistirse al deseo de descubrir el contenido del ánfora que le habían obsequiado los dioses como regalo de bodas) enseña que «la esperanza es lo último que se pierde». La esperanza fue el único «mal» que quedó dentro del ánfora —todos los demás fueron desparramados por el mundo, y los padecemos hasta el día de hoy—. Así, estamos destinados a persistir en la esperanza de resolver el enigma de la vida, de descubrir lo que sabemos que no podremos saber jamás.

Más que un vestido, un viaje, un baño de mar o un iPhone, lo que realmente deseamos es *saber*. Revelar el enigma, dar respuesta a las preguntas de la vida, descubrir el sentido: ¿será que ese es el objetivo de nuestro deseo más inherente y genuino? ¿Será que el deseo desea desear porque, más que en la meta, su razón de ser está en el camino?

Y sí, quizá el sentido esté no en la respuesta, sino en el acto de preguntar.

EL AMOR COMO DESEO

Allá por el siglo v a. C. en la isla griega de Samos nació Pitágoras, uno de los primeros y más importantes filósofos de Occidente. Cuenta la leyenda que, debido a su notable erudición, un día alguien le preguntó si era un sabio. Fue entonces que el padre del popular teorema matemático respondió: «No, yo no soy un sabio sino un filósofo». A diferencia del sabio, que posee sabiduría, el filósofo se siente desprovisto de ella y por eso la ama. De ahí la etimología de la palabra *filosofía*, creada a partir de la conjunción de dos vocablos griegos: *filo* («amor») y *sofía* («sabiduría»).

Es cierto que en el imaginario popular el filósofo es representado como un sabio, alguien que se pasa el día en la «torre de marfil» pensando y que tiene una respuesta cierta para cada pregunta que se le formula. Sin embargo, ya desde Pitágoras, el verdadero filósofo es todo lo contrario de lo que la mayoría cree. Porque *el verdadero filósofo no es el que sabe sino el que duda*. El verdadero filósofo es el que es consciente de su propia ignorancia y sale en busca de las respuestas que le faltan. De hecho, quien se siente o se cree poseedor de saber jamás podrá filosofar. Porque si la filosofía es amor o deseo de sabiduría, entonces basta con poseerla para dejar de desearla. Para amar o desear algo (sea una cosa o una persona) es necesario experimentar la carencia, sentir su falta. No podemos amar lo que ya poseemos, y aunque resulte controvertida, esta afirmación es perfectamente lógica: ¿cómo podemos desear aquello que ya tenemos? Sería como decir que deseamos un helado de dulce de leche mientras lo estamos tomando, comprar el vestido que vimos en la tienda cuando ya lo tenemos puesto, viajar a las islas griegas mientras tomamos sol en Mykonos o comprarnos el último iPhone cuando lo llevamos dentro de nuestro bolsillo o cartera. *Desear* o *amar* significa sentirse atraído por algo, sea lo que sea, que despierta nuestra atracción porque lo reconocemos como digno de ser poseído. El deseo es encendido por la carencia, y por eso es tan común dejar de valorar lo que deseamos una

vez que lo poseemos. Esto nos pasa tanto en las relaciones humanas (como cuando nos sentimos atraídos por una persona y esa atracción ya no es tan fuerte cuando somos correspondidos) como también con los objetos (¿cuántas veces nos pasa que deseamos mucho alguna cosa y el deseo se disipa después de haberla conseguido?). La sociedad de consumo es el escenario perfecto para observar cómo el deseo y la posesión son fenómenos excluyentes. De hecho, el consumo se fundamenta en dicha oposición: si el deseo por lo ya poseído no se extinguiera, la sociedad de consumo perdería el combustible que la mantiene rodando: nuestro afán de consumir más y más.

En algún lugar leí una frase de José Saramago que dice que «se puede tener aquello que no se desea», pero no se puede desear lo que se tiene. En *El banquete*[34] Platón narra una fábula que ilustra este fenómeno magníficamente. Se trata del «mito del andrógino» relatado por el comediógrafo griego Aristófanes, quien cuenta que en el comienzo los humanos éramos seres esféricos, con cuatro brazos y piernas y dos rostros mirando para lados opuestos. La esfera es símbolo de completud, y por eso los humanos-andróginos originales se sintieron tan empoderados que desafiaron a los dioses invadiendo el Olimpo para robarles su poderío. Esto provocó la ira de Zeus, padre de los dioses y los hombres, quien decidió castigarlos y quitarles el poder partiéndolos a la mitad con su rayo. Así, los humanos se convirtieron en seres incompletos, sufriendo por la falta de su otra mitad, junto a la cual solían sentirse completos y empoderados. De acuerdo con este mito, el amor es el deseo que nos impulsa a la búsqueda de la mitad que nos falta. Y de ahí proviene la imagen popular del ser amado como una «media naranja». Como seres esféricos y completos deseábamos el poder de los dioses, porque eso era lo único que nos faltaba. Pero después de que el rayo de Zeus nos partiera en dos, nuestro deseo mutó. Ya no nos sentimos lo suficientemente empoderados porque nos acucia la falta de nuestra otra mitad y por eso deseamos al «otro» (el ser amado) para retornar a nuestro estado de completud original. Pero incluso cuando nos parece que hemos encontrado a nuestra mitad, nunca podemos estar bien seguros de que sea precisamente *esa*. Porque ¿cuál es la probabilidad de encontrar nuestra otra mitad en medio de miles de millones de mitades-

posibilidades? Seguro que es más difícil que ganarse la lotería. Aunque, por otra parte, esto es bueno para la pervivencia del vínculo de pareja, porque mientras sigamos siendo dos (y no perdamos nuestra individualidad convirtiéndonos en uno, como el andrógino original), podremos seguir deseando al otro y manteniendo vivo el amor.

Este sentido del deseo o el amor como experiencia que depende de la carencia suele generar no poca controversia, especialmente en lo referente al amor de pareja. La idea de que para amar a alguien debemos saber, ya sea consciente o inconscientemente, que no lo poseemos suena bastante contraintuitiva. Porque el amor erótico se suele identificar con la posesión de la otra persona, que pasa a ser mi novio, mi marido, mi amante. El amor erótico se caracteriza por ser de naturaleza exclusiva y su experiencia (la de estar enamorado) incluye la ilusión de poseer al ser amado, en un deseo de fusión completa. Tenemos muchos amigos pero, por lo general, un solo amante; hete aquí la diferencia entre el amor filial (que no está restringido a una sola persona y por eso es de naturaleza general) y el amor erótico (que es generalmente exclusivo). En los amores correspondidos la ilusión de posesión se materializa en la pareja, y por eso nos cuesta tanto comprender que el amor persiste en la medida en que sentimos que el otro «se nos escapa», que es un individuo con deseos, voluntad propia y libre albedrío. Pero esto es perfectamente lógico si pensamos que el otro es siempre un sujeto, un ser al cual no podemos «objetivar» (esto es, convertirlo en objeto) para poseerlo enteramente. Porque solo lo que carece de autonomía (como todo lo que manejamos, llevamos y traemos, ponemos, sacamos, deshacemos y tiramos) puede ser poseído. Salvo en una relación patológica, en el amado existe, siempre, ese halo de misterio, de lo inaprehensible, de lo que no puedo conocer o descubrir totalmente. En el amado siempre hay algo que se me escapa, porque goza de libertad para sentir, pensar y actuar; para dejarme, abandonarme, lastimarme, tanto como para elegirme, acompañarme y darme bienestar. Por eso se dice que el amor nos vuelve vulnerables. Según la mitología griega, Eros (el dios del amor erótico) fue engendrado por Poros (dios de la abundancia) y Penia (una pordiosera que merodeaba siempre por los festines en busca de las sobras de comida para alimentarse). Así, el amor fue concebido a partir de la

unión de dos condiciones igualmente humanas: la abundancia y la sensación de poderío, representada por el padre, y la vulnerabilidad y la dependencia, encarnadas en la madre.

EL DESEO DE SABIDURÍA

Con respecto al amor a la sabiduría, si bien Pitágoras acuñó la expresión, Sócrates fue su más eximio exponente. En Sócrates se hizo carne la actitud de un filósofo auténtico, que duda, se pregunta y entiende que la sabiduría genuina está en la consciencia de que nada sabemos. Su «solo sé que no sé nada» se convirtió en el lema de todo filósofo que abraza la duda porque entiende que el ignorante no es el que no sabe, sino el que cree que sabe cuando en realidad no sabe nada.

En la *Apología de Sócrates*,[35] Platón transcribe el discurso que dio Sócrates ante el tribunal que lo acusaba de corromper a la juventud y adorar a falsos dioses. En su discurso, Sócrates cuenta cuánto se sorprendió al enterarse de que los dioses del oráculo de Delfos habían manifestado que él era el hombre más sabio de Atenas. Él no se consideraba a sí mismo como tal, pero sabía que los dioses no mentían y entonces decidió visitar a uno de los más sabios entre sus conciudadanos atenienses para conversar con él y poder refutar o comprobar lo dicho por el oráculo. No sin asombro, finalmente comprobó que el oráculo no se había equivocado: «Yo soy más sabio que este hombre. Puede muy bien suceder que ni él ni yo sepamos nada de lo que es bello y de lo que es bueno, pero hay esta diferencia: que él cree saberlo aunque no lo sepa y yo, no sabiendo nada, no creo saber. Me parece, pues, que en esto yo era un poco más sabio, porque no creía saber lo que no sabía».

El ejemplo de Sócrates nos revela la ignorancia a la cual nos arrastran las «creencias limitantes» o los prejuicios, asumidos como ciertos sin ningún examen o juicio crítico previo. Estas creencias están a la orden del día en nuestros comportamientos, juicios y conversaciones cotidianas, en que solemos «dar por sentado» que ya sabemos cómo son o deben ser las cosas. Claro que no sería muy práctico ir por la vida cuestionando todo permanentemente; las

creencias son útiles, y hasta necesarias, para tomar decisiones que nos exigen una respuesta rápida. En este sentido, el deseo de conocer o dar sentido al mundo en el que vivimos nos obliga a generalizar, a crear categorías y rotular las cosas y los fenómenos del mundo que nos rodea. No siempre podemos conocer cada cosa o caso por separado, en su carácter «único e irrepetible», y por eso creamos categorías, teorías, leyes y jerarquías. El trabajo que nos daría conocer cada cosa individualmente nos demandaría tanto tiempo que sería inconcebible o imposible el conocimiento científico, por ejemplo. El conocimiento científico se basa en el razonamiento inductivo, que, partiendo de la observación de casos particulares, formula teorías generales o universales que luego son aplicadas para explicar y predecir los hechos y los fenómenos humanos y de la naturaleza en general. La medicina es un ejemplo bien ilustrativo: cuando visitamos a un médico este observa nuestro cuerpo (que es único e irrepetible, claro está), pero para poder comprender y curar la enfermedad debe apoyarse en teorías explicativas del funcionamiento del cuerpo humano en general. Sin embargo, todos los días aparecen casos particulares que contradicen la teoría o la regla, porque bien puede suceder que un tratamiento o una medicina que generalmente funcionan, no lo hagan en un caso particular o en una determinada persona. Y lo mismo sucede en todas las disciplinas científicas. Por eso el gran filósofo de la ciencia, Karl Popper, afirmó que un buen científico es quien está siempre buscando refutar la teoría aceptada como verdadera o válida. Porque en la medida en que los científicos buscan «la excepción a la regla» o el caso que refuta la teoría, el conocimiento científico va perfeccionándose y progresando, para ofrecernos una explicación cada vez más precisa y acertada de la realidad.

Resulta asombroso comprobar cómo esta actitud ante el conocimiento ya era promocionada y enseñada por Sócrates en el siglo v a. C. mediante su «solo sé que no sé nada» y su insistencia en la importancia de preguntarse y cuestionar lo pretendidamente sabido. En este sentido Sócrates fue un auténtico revolucionario (y por eso no es de extrañar que haya sido condenado a muerte por «adorar falsos dioses» y «corromper a la juventud»), porque pudo observar esa tendencia tan humana a aferrarse a las creencias, adoptándolas como

verdaderas para poder sentirnos confiados y seguros. Sócrates concebía esta actitud como un síntoma y también un estímulo a la ignorancia: síntoma porque pone de manifiesto la ignorancia del que cree saber cuando en realidad no sabe nada, y estímulo porque, en la medida en que creemos saber, entonces no vamos a sentir el deseo de buscar el conocimiento. Sócrates propuso una forma de entender la sabiduría y la ignorancia que veinticuatro siglos después (y bajo la égida de Popper) iba a transformar el modo de concebir la naturaleza del conocimiento científico. Sin embargo, y a pesar de esto, aún hoy es común pensar que sabio es quien tiene respuestas, mientras que las preguntas revelan la ignorancia (e incluso la machaconería) de quien las plantea.

Por eso a los estudiantes les cuesta tanto comprender que, en una clase de filosofía, los mejores alumnos son quienes plantean las preguntas más relevantes y significativas. El sistema educativo no comulga con la concepción socrática de conocimiento, y los estudiantes aprenden que la prueba de su saber depende de la cantidad de respuestas que puedan ofrecer. Este modelo aplica tanto para los profesores como para los alumnos, y por eso no es común el docente que ante la pregunta de un alumno se anime a contestar «no lo sé» o «qué buena pregunta, vamos a pensarla juntos».

Sócrates, en cambio, desafiaba a los alumnos que respondían con seguridad las preguntas que les formulaba. A través de la mayéutica (o método pedagógico mediante el cual el maestro no inculca ningún conocimiento específico a sus alumnos, sino que los induce a pensar para descubrir la respuesta por sí mismos), Sócrates iba conduciendo a sus discípulos a la toma de conciencia de que lo que creían saber (acerca del amor, la justicia, la verdad o el bien) era, en realidad, ampliamente discutible. Sócrates deconstruía las creencias limitantes, que velan la complejidad y la ambigüedad de muchas de las verdades que damos por sentadas. Como maestro, era un ejemplo viviente de que, aunque es humano desear certezas, el deseo de saber debe ser siempre preponderante, aunque más no sea porque para conocer la verdad primero debemos desear saberla. Por otra parte, si el deseo de saber la verdad no guía al deseo de certezas, entonces es muy probable que quedemos fijados a las creencias y los prejuicios no examinados

que ofrecen solo la ilusión de certidumbre o verdad. Sin el deseo de saber estamos condenados, como los sabios que visitó Sócrates, a una ignorancia ignorada. El deseo de saber nos arrastra al mar de la incertidumbre, donde debemos aprender a nadar sin tierra a la vista, sintiéndonos inseguros y desprotegidos. Pero, como dice Nietzsche, ahí mismo y con la duda como única compañera es cuando se cae el último eslabón de la cadena que nos mantiene amarrados a las creencias limitantes. En el medio del mar y sin tierra firme a la vista es donde somos verdaderamente libres para pensar, decidir y actuar.

En el modelo de Sócrates se confirma la afirmación que hace de título de este capítulo: el deseo (de saber) desea desear. Porque en la medida en que deseamos saber, nuestro deseo de verdad seguirá siempre encendido y pujando.

¿PODEMOS DESEAR LO INDESEABLE?

Entonces parece que es verdad que el deseo desea desear y que esto es así porque en la medida en que deseamos estamos vivos. La potencia de vida —y de cualquier otra meta que nos propongamos— se puede medir en proporción directa con el *quantum* de deseo que nos impulse a conquistarla. Por eso, si *deseo* es sinónimo de *impulso vital* y la vida es algo que, por naturaleza, queremos preservar, entonces no deseamos las cosas porque sean buenas, sino que son buenas porque las deseamos. El deseo es lo que determina la bondad o el bien de las cosas y no al contrario, y por ende el bien y el mal (o lo que consideramos bueno o malo) no están establecidos por ningún parámetro externo o trascendente (ya sea Dios o una teoría o una idea esbozada por algún científico, filósofo o profeta), sino por el deseo que suscitan en nosotros.

Este argumento parece facilitarnos mucho las cosas: para saber si algo es bueno o malo solo debemos observar si despierta en nosotros deseo o rechazo. Y si bien esto aplica correctamente a los animales en general, los animales humanos nos distinguimos del resto por nuestra capacidad de desear lo que no es bueno para nosotros. Los demás animales están determinados instintivamente para la búsqueda del placer y la evasión del dolor. Mi gata no «sabe» (en el sentido de

entender o comprender) por qué algo le genera bienestar ni tampoco se cuestiona si eso es bueno o malo para ella, simplemente lo busca en forma instintiva. A no ser en condiciones antinaturales (como por ejemplo cuando se encuentran en cautiverio o domesticados), los animales no hallan placer en aquello que los enferma o arruina. Muy raramente los animales adoptan conductas autodestructivas, porque su comportamiento está condicionado por su instinto de supervivencia.

Pero nosotros, animales racionales, además de instinto, poseemos la capacidad de pensar y juzgar si lo que deseamos es o no deseable. Sabemos que existen placeres que no son buenos y padecimientos que sí lo son. Por algo Nietzsche escribió que «lo que no me mata me fortalece», y por algo, también, esta máxima no pierde vigencia. No cabe duda de que mi mente es mucho más compleja que la de mi gata; mientras ella, impulsada exclusivamente por su *conatus*, fluye instintivamente con la naturaleza, yo poseo autoconsciencia, gracias a la cual sé que soy un ser consciente (mi gata también lo es, pero no lo sabe). Esto significa que puedo darles sentido tanto a mis placeres como a mis padecimientos, y que puedo juzgar qué es bueno y qué es malo para mí, allende al placer o el dolor que me genere. Para nosotros, animales pensantes, lo placentero no es necesariamente bueno, así como lo displacentero no es necesariamente malo: la moral y la experiencia de placer y dolor no son forzosamente análogas. Aunque, en forma inmediata, solemos interpretar lo placentero como bueno, nuestro juicio puede cambiar cuando lo evaluamos más a largo plazo. Los seres humanos podemos trascender la inmediatez y sopesar las posibles consecuencias de las decisiones que tomamos. Mientras la existencia de los animales transcurre en un presente perpetuo y constante, nosotros tenemos la capacidad de proyectarnos a futuro: sabemos que existen un mañana y un pasado mañana condicionados, en gran medida, por las decisiones que tomamos hoy. Así, si bien puedo sentir el deseo de tomar una copa de vino mientras almuerzo con mis amigas, puedo renunciar a ese placer en vistas de que volveré manejando a mi casa, y que si tomo alcohol correré el riesgo de que me quiten la licencia de conducir. De esta manera, a diferencia de mi gata, que toma su porción de leche sin cuestionarse qué consecuencias puede tener para ella, yo puedo abstenerme de tomar esa copa de vino

porque puedo prever las posibles consecuencias de hacerlo. Así, una vez más llegamos a la conclusión de que las cosas no son tan simples cuando se trata de comprender la naturaleza del sentir, el pensar y el accionar del ser humano… Nosotros sí podemos desear lo indeseable, no solo porque somos seres pensantes que reconocemos la diferencia entre lo bueno y lo malo, sino también porque podemos proyectarnos a futuro. Todo esto agregado al hecho de que nuestra mente es un mundo en sí mismo, sumamente complejo y contradictorio, e imposible de ser conocido y controlado enteramente.

En un documental británico dirigido por Adam Curtis y titulado *The Century of the Self* (*El siglo del individualismo* en su versión en español) se narra la historia de cómo fue creada la sociedad de consumo a principios del siglo XX en Estados Unidos. La idea fue urdida y ejecutada por Edward Bernays, relacionista público y sobrino de Freud. Bernays se valió de los descubrimientos de su tío acerca del funcionamiento del inconsciente y la psicología de masas para manipular a las personas con el objetivo de hacerles creer que necesitaban ciertos productos (el caso de la incitación a las mujeres a fumar es uno de los más paradigmáticos en el documental) para sentirse felices y plenas. El documental consta de cuatro episodios, el primero de los cuales se titula «Máquinas de felicidad», que resulta bien ilustrativo para representar la sociedad de consumo, fundamentada en la manipulación del deseo y la promesa de satisfacerlo mediante la compra de un determinado producto. Es de Perogrullo afirmar que los «bienes» promocionados y comercializados no satisfacen las necesidades humanas más genuinas (como son el deseo de vivir, de saber o de ser reconocidos por los otros), sino aquellas que Epicuro de Samos catalogó como «no naturales e innecesarias».

Sí, los seres humanos podemos desear lo que no amerita nuestro deseo. Y deberíamos reconocer la proclividad a ser manipulados e inducidos a creer que existen ciertas cosas que merecen ser deseadas cuando en realidad, y sin necesidad de pensarlo demasiado, se trata de una creencia claramente falsa. Podemos engañarnos a nosotros mismos pensando que sin tal o cual cosa no podremos sentirnos felices y satisfechos. Valiéndose de lo difícil que es poder pensar y decidir

racional y autónomamente, la sociedad de consumo busca convertirnos en «consumidores» o, lo que es lo mismo, «pequeños engranajes» que la mantienen funcionando.

Pero nuestra propensión a ser engañados respecto de lo que amerita nuestro deseo no es ninguna novedad instalada por la sociedad de consumo. Desde siempre, y movidos por el deseo, nos hemos visto fácilmente arrastrados por la ilusión de que la felicidad depende de la satisfacción de necesidades no naturales ni necesarias. Ya en el siglo III a. C. filósofos de las escuelas helenísticas en Grecia pensaban que la infelicidad humana está causada por nuestra dependencia de placeres que, a la larga, nos generan insatisfacción y malestar. Uno de los más conocidos fue Epicuro de Samos, quien fundó una escuela en las afueras de Atenas llamada El Jardín que fue revolucionaria para su época. La entrada estaba abierta para mujeres, esclavos, prostitutas y hombres por igual. Epicuro pensaba que el objetivo del ser humano es la búsqueda de la felicidad, y que para experimentarla debemos procurarnos la mayor cantidad posible de placer (en griego, *hedoné*), evitando el malestar que nos generan las preocupaciones innecesarias. La filosofía de Epicuro ha sido muy malentendida, se la ha juzgado como un llamado a buscar el placer sin importar su cualidad. Pero esto no es exactamente lo que Epicuro pensaba; en realidad él creía que existen diversos tipos de placeres, tanto naturales como artificiales, tanto del cuerpo como del alma. Para la búsqueda de la felicidad debemos, antes que nada, reconocer las diferencias. Solo así podremos evitar volvernos dependientes de los placeres innecesarios y hallar la plenitud y la felicidad en la satisfacción de las necesidades del alma (como, por ejemplo, cultivar las buenas conversaciones con amigos) y solamente de las más esenciales para el cuerpo (como calmar la sed, alimentarse, tener abrigo y sentido de la seguridad). Algunos consideran a Epicuro el más «hippie» de todos los filósofos, por el valor que le dio a la naturaleza y a vivir en contacto con ella. Para él, el placer es bueno siempre y cuando esté en consonancia con lo natural, y pensaba que debemos agradecer a la naturaleza «por haber hecho las cosas necesarias fáciles de adquirir, y las difíciles de adquirir, innecesarias». Así, a pesar de su tan injustificada mala fama como promotor de un hedonismo irreflexivo, seguro que Epicuro

juzgaría que dos mil años después, los seres humanos —ya no filosofando con amigos en el jardín, sino consumiendo en los shoppings y los supermercados— nos hemos vuelto más y más esclavos de placeres innaturales e innecesarios. ¿O acaso es natural y necesario desear un auto, un iPhone o un viaje nuevo cada año?

Otra escuela del período helenístico que reflexionó acerca de cómo podemos evitar la infelicidad y las preocupaciones vanas para poder llevar una vida buena fue el estoicismo, fundada por Zenón de Citio en el 301 a. C. Su nombre proviene del término griego *stoa* (traducido como *pórtico*), ya que Zenón comenzó a dar sus lecciones de filosofía debajo del célebre «pórtico pintado», en el ágora ateniense. De todas las escuelas del período helenístico (entre las cuales se cuentan los estoicos, los epicúreos, los escépticos y los cínicos), el estoicismo fue la que tuvo más trascendencia, y se extendió por el mundo grecorromano (especialmente entre las élites) hasta el siglo II d. C.El pensamiento estoico, por otra parte, ejerció una influencia notable en pensadores como Descartes, Spinoza, Schopenhauer, Kant y Nietzsche, en cuyas ideas —aunque distintas— se encuentran vestigios de la doctrina original que Zenón enseñaba a sus discípulos: el dominio y el control de las pasiones que causan perturbación al alma, cultivando virtudes como la valentía, la razón y la fuerza de voluntad. La máxima virtud para los estoicos es la *ataraxia* (traducida como «ausencia de perturbación»). Para los estoicos, la *ataraxia* consiste en adecuar los deseos a las leyes de la naturaleza, aprendiendo a distinguir entre las cosas que dependen de uno y las que no. A través del reconocimiento de esta diferencia podemos liberarnos de las preocupaciones por lo que no depende de nosotros, para ocuparnos de lo que sí podemos controlar. Los estoicos creían que existe un orden natural que hace que las cosas sucedan como deben y que, aun cuando nos contraríen o generen malestar, debemos aceptar su necesidad determinada por el Logos cósmico y universal. Cuando comprendemos que todo lo que acaece tiene su razón de ser, somos capaces de adoptar una postura menos perturbadora y más comprensiva frente a aquello que nos genera malestar. Para los estoicos, todo se juega en la *actitud* que adoptamos frente a los hechos, ocupándonos de fortalecer nuestro carácter para poder sobrellevar las dificultades y los sufrimientos de la

forma más equilibrada posible, tanto para el cuerpo como para el alma.

La filosofía estoica goza de especial auge hoy por hoy, y esto no es extraño ya que, gracias al avance de la ciencia y la tecnología, el mundo se transforma a una velocidad cada vez más vertiginosa, desafiando nuestra capacidad para adaptarnos al cambio. Cuando sentimos que sabemos o que ya estamos en control de una situación, surge algo nuevo e inesperado que nos obliga a abandonar nuestra zona de confort. Así, aunque no necesariamente coincidamos con los estoicos en que todo sucede por obra y gracia de una razón natural, sí debemos reconocer que hay fenómenos que no podemos controlar y que el modo en que estos impactan en nosotros depende de la actitud que adoptemos frente a ellos. No es fácil abandonar las seguridades y las certezas, pero debemos hacerlo si no queremos sucumbir a la ansiedad y la angustia de no poder adaptarnos a los cambios a los que estamos expuestos.

Otra de las enseñanzas promulgadas por Zenón fue la de controlar los deseos vinculados al placer sensual y la posesión de bienes materiales. Esta idea fue adoptada por otro filósofo estoico llamado Epicteto. Epicteto nació en el año 55 d. C., pero vivió en Roma como esclavo hasta los cuarenta años aproximadamente. Luego de ser liberado se trasladó a la ciudad de Nicópolis, en el noroeste griego, donde fundó su propia escuela. Epicteto no dejó ninguna obra escrita pero, al igual que en el caso de Sócrates, sus pensamientos fueron conservados y editados por sus discípulos. Habiendo pasado por la experiencia de la esclavitud, Epicteto pensó mucho acerca de la naturaleza de la libertad y la felicidad, a las cuales concebía como inversamente proporcionales al deseo: «La felicidad no consiste en adquirir y gozar, sino en no desear nada, pues consiste en ser libre». En efecto, para Epicteto, lo mismo que para los estoicos en general, la frustración y la insatisfacción son propiciadas por un deseo que no depende de nosotros para ser gratificado. Cuando deseamos lo que no depende de nosotros para ser satisfecho, estamos condenados a la frustración.

«No genera dolor la pobreza sino el deseo»; esta frase de Epicteto bien podría ser de Buda o Schopenhauer. Siddhartha Gautama

(conocido como Buda, que significa «el despierto» o «el iluminado» en sánscrito) nació en la actual frontera entre Nepal e India en el siglo v a. C. en el seno de una familia aristocrática. Sin embargo, a los veintinueve años, hastiado de su vida privilegiada y profundamente conmovido por el sufrimiento humano, Buda decidió abandonar su hogar con el objetivo de descubrir los motivos del sufrimiento humano. Después de pasar varios años viviendo en el ascetismo más absoluto y sin descubrir nada en particular, un día decidió sentarse debajo de una higuera situada en la orilla de un río afluente del Ganges, dispuesto a no moverse hasta descubrir las causas del sufrimiento humano y la forma de liberarse de este. Fue entonces cuando se convirtió en un iluminado y dedicó el resto de su vida a la enseñanza de las cuatro verdades nobles: el mundo es sufrimiento, este deriva de los deseos humanos, el único camino a la salvación pasa por la renuncia voluntaria del deseo y la salvación se consigue por la vía de los ocho nobles principios: la comprensión recta, el pensamiento recto, la palabra recta, la acción recta, el medio de existencia recto, el esfuerzo recto, la atención recta y la concentración recta. La rectitud refiere al modo correcto de pensar, hablar, vivir y comprender, en consonancia con la teoría aristotélica que identifica a la virtud como el justo equilibrio entre el exceso y el defecto. De acuerdo con las enseñanzas budistas, «el deseo que desea desear» debe ser cuidadosamente observado y controlado para poder llevar una vida lo más libre de deseo y sufrimiento posible. Así, la voluntad del budista es aplacar el deseo hasta suprimirlo o, en otras palabras, el deseo del budista desea *no* desear.

Varios siglos después de Siddhartha Gautama, Arthur Schopenhauer[36] encontró en el budismo una solución para paliar el sufrimiento con el cual identificaba a la existencia humana. Schopenhauer creía que los seres humanos somos empujados por una fuerza irracional —que denomino *voluntad*— que obra sin motivo, como un motor ciego deseante que no se satisface jamás. Schopenhauer concebía la voluntad como el núcleo o la esencia de todo lo que existe, incluso en el ser humano, aunque no la percibamos en forma consciente. La voluntad nos condena a permanecer siempre insatisfechos, porque requiere de nuestra insatisfacción para

mantenerse activa. Así, junto con la compasión y la contemplación estética, Schopenhauer encontró en las enseñanzas budistas un medio idóneo para aplacar la voluntad y liberarse lo más posible de la infelicidad a la que nos condena el deseo que desea desear. Pero, lejos de vivir en el ascetismo budista, Schopenhauer fue un *bon vivant* (en algún lugar leí que alguna vez alguien le preguntó por qué no vivía como un budista, a lo que Schopenhauer replicó: «Uno no debe necesariamente vivir como piensa») y su espíritu atormentado y pesimista se volvió más afable y gentil cuando su obra fue públicamente reconocida y valorada. Lo que sí se mantuvo como una constante a lo largo de su vida fue el cariño y el respeto que les profesó a los animales. Schopenhauer creía que la bondad de un ser humano se evidencia en la forma en que este trata a los animales. Para él no existía mejor compañía que la de su perro poodle llamado Atma (que, en términos hindúes, significa «alma del mundo»): «Lo que me hace tan grata la compañía de mi perro es la transparencia de su ser. Mi perro es transparente como el cristal».

No es extraño que un pensador como Schopenhauer haya observado y valorado la «transparencia» que caracteriza a los animales. Y esto porque, aunque movidos, como nosotros, por la voluntad, los animales no tienen consciencia de estar condicionados por su deseo, ni tampoco poseen la capacidad de diferenciar un placer malo de uno bueno. Su transparencia se fundamenta en el hecho de que son «amorales» y, por ende, actúan conforme a lo que sienten (placer o dolor, malestar o bienestar), sin «pretender» nada más.

Para nosotros los humanos, en cambio, la cosa no es tan sencilla. Como animales racionales y autoconscientes, formulamos juicios morales y creamos diferentes órdenes jerárquicos. Lo mismo que racionales, somos animales morales permanentemente eligiendo (ya sea entre tomar un té o un café en el bar, estudiar o no para el examen y recibir o no la vacuna contra el coronavirus) con base en criterios del bien y el mal, ya sean categóricos (basados en credos filosóficos, religiosos, políticos y culturales) o relativos a cada caso o circunstancia particular. Así, juzgamos indeseables ciertos deseos o impulsos instintivos que la cultura nos exige reprimir y controlar, mientras estimamos deseables otros comportamientos, actitudes y

gestos que nos demandan sacrificio. De acuerdo con esta lógica, entonces, debemos desear lo que de antemano se considera bueno, y no confiar en que los deseos pueden ser una guía veraz para identificar lo bueno con lo que nos genera bienestar y lo malo con lo que nos causa malestar. En este sentido, vivimos bastante ajenos al pensamiento de Spinoza y más afines al planteo de Freud en una de sus obras más célebres (y, a mi juicio, de las más filosóficas), *El malestar en la cultura*.[37] Freud argumenta y explica cómo la cultura se fundamenta en la represión de los instintos y los impulsos humanos más agresivos. Esto nos genera un monto considerable de malestar, con el cual debemos aprender a lidiar. Por eso somos animales tan poco «transparentes» o espontáneos, debido a que coexisten en nosotros deseos contrarios y encontrados: por un lado, los deseos más propios de nuestra naturaleza animal, y por otro, los relativos a nuestra naturaleza social, que para ser satisfecha requiere nuestra adaptación a la cultura. En efecto, la cultura es el medio a través del cual adquirimos las habilidades y las herramientas necesarias para satisfacer nuestro deseo de saber, así como el lugar donde encontramos la contención, la seguridad y el reconocimiento que tanto necesitamos.

SOY INMENSO, CONTENGO MULTITUDES

En *Canto a mí mismo*,[38] Walt Whitman canta y celebra la diversidad que lo habita: «¿Que me contradigo? Pues bien, sí, me contradigo. ¿Y qué? Soy inmenso, contengo multitudes». Es probable que todos nos identifiquemos, de alguna manera, con estos versos. Porque cada tanto podemos «escuchar» esas *voces* que dialogan, cantan, se pelean, combaten y se contradicen dentro de nosotros. No somos seres unívocos; nuestras actitudes no siempre coinciden con lo que pensamos, como si entre la conciencia y la motivación que guía la acción existieran ruidos que impiden la comunicación entre ambas. Estas discordancias internas suelen provocarnos malestar, no solo porque nos sentimos confundidos, inseguros y desorientados, sino también porque vivimos en una cultura que identifica la contradicción con el error, que debe ser reparado a través del uso de la razón.

Después de cinco siglos (y a pesar de toda el agua que ha corrido bajo el puente), la máxima cartesiana «pienso, luego existo» continúa vigente. Creemos, y con cierta razón, que cuanto más razonada sea una decisión, más acertada y correcta será. Pero varios siglos después de Descartes y su modelo de sujeto racionalmente soberano y autónomo, hoy sabemos que, como escribió Dostoyevski, «los hombres, aun sabiendo cuál es su interés, lo relegan a un segundo plano y siguen un camino totalmente distinto, lleno de riesgos y azares. No están obligados a ello, pero parecen querer evitar la ruta que se les indica y trazarse libremente, caprichosamente, otra llena de dificultades, absurda, oscura, apenas visible».[39] Pero ¿cómo es posible que, aun sabiendo cuáles son nuestros intereses (no en un sentido meramente egoísta, sino en el sentido de lo que consideramos más conveniente para tener una vida buena y feliz), tantas veces tomemos el camino que nos conduce en un sentido contrario a lo que consideramos más correcto y apropiado? ¿Cómo puede ser que nosotros, animales racionales, seamos al mismo tiempo tan consciente y abiertamente incoherentes?

Esta pregunta aparece permanentemente en mi trabajo con pacientes, pero no hay que visitar el consultorio de un psicólogo para encontrarse con ella, porque esta discordancia la vivenciamos todos los seres humanos todo el tiempo. Aunque nos identifiquemos con Whitman y sepamos —gracias a Dostoyevski, Nietzsche y Freud, entre otros— que nuestra conciencia no es el único móvil (ni tampoco el más decidido y potente) que motiva nuestro ser y hacer en el mundo, el prototipo de individuo coherente y racionalmente soberano sigue encumbrado como modelo a ser imitado. Por esto, una manera común de reaccionar a esta experiencia de contradicción interna es rotular los diversos intereses y motivaciones separando los «buenos» (generalmente decretados por la razón) de los «malos» (que rivalizan con los «buenos»). Este afán de catalogar nuestros deseos en buenos y malos es ilustrado en la popular imagen de un ángel y un demonio enfrentados en nuestra cabeza. El objetivo es que el ángel reprima y controle al demonio para tomar las riendas de nuestro comportamiento. Pero, en verdad, esto de nada sirve; en primer lugar porque la represión tiende a insuflar y potenciar lo reprimido (y por

eso es probable que sea el demonio, y no el ángel, el fortalecido), y además, al juzgarlos de forma tan acrítica y categórica, no nos damos a nosotros mismos la oportunidad de reconocer la causa de nuestros diversos intereses. Creer que podemos desglosar, así como así, nuestras diferentes motivaciones es una pretensión tan ilusoria como arbitraria: no podemos clasificar nuestros deseos en «buenos» y «malos» como quien separa manzanas de naranjas.

Porque las multitudes son los deseos, tanto conscientes como inconscientes, que nos motivan. Y aunque es cierto que algunos deseos pueden ser indeseables, para saber que lo son primero debemos observarlos y examinarlos, buscando comprender su razón de ser. Por eso frente a un paciente tengo la costumbre de preguntarme: «¿Cuál será su deseo?», y por *deseo* me refiero a lo que lo anima en forma inconsciente. Porque nuestro malestar es generalmente causado por el desajuste entre nuestros deseos o intereses conscientes (que podemos reconocer y explicar) y los inconscientes (que no podemos reconocer, pero que desde nuestro fuero más íntimo condicionan nuestro sentir, pensar y actuar). La solución, entonces, es conocernos más y mejor a nosotros mismos —lo cual en términos psicoanalíticos significa «hacer consciente lo inconsciente»— identificando y examinando la multitud de deseos que nos habitan, para poder elegir consciente o racionalmente cuáles ameritan ser satisfechos y cuáles, por el contrario, controlados. Nuestros deseos no son como los zapallos en el refrán popular,[40] no se acomodan solos en la marcha. Somos nosotros los que debemos detenernos a reflexionar para reconocerlos y comprenderlos mejor, y decidir qué lugar les corresponde en nuestro orden de prioridades. Este ejercicio introspectivo es el del «silencioso diálogo del alma consigo misma» que enseñaba Sócrates a sus discípulos en el siglo IV a. C. Esta forma de concebir la filosofía es bien interesante, porque sugiere que dentro del alma (o la mente) coexisten diferentes *voces*, y que el ejercicio de filosofar consiste en poner a esas voces a dialogar. Pero para poder hacerlo debemos concederles a todas el mismo derecho a expresarse y ser escuchadas, porque si de antemano creemos que unas son más confiables, valiosas o sabias que otras, entonces ya no sería un diálogo sino un aleccionamiento de las *voces* preconcebidas como «incompetentes» e «inadecuadas» (y por eso

indignas de ser escuchadas y estimadas) por parte de las «justas» y «sabias» (generalmente juzgadas por la cultura, antes que por nosotros mismos, como tales).

Solo así podremos examinar y evaluar justamente cuáles son nuestros deseos más naturales y necesarios, aquellos cuya satisfacción nos proporcionará alegría y bienestar genuinos, alimentando nuestro amor a la vida.

Volviendo a las preguntas del inicio de este capítulo: ¿deseamos las cosas porque son buenas? ¿O son buenas porque las deseamos? Aunque esta última premisa sin duda aplica para los animales no humanos, cuya vida está signada por el deseo y la búsqueda del placer sin más, para nosotros, animales humanos, la cosa no es tan sencilla. Porque nuestra existencia no solo está condicionada por la búsqueda de placer o bienestar. Nosotros también pensamos y juzgamos, necesitamos dar sentido a lo que experimentamos, sentimos y pensamos. Podemos disfrutar los placeres inmediatos, como cuando comemos la torta de chocolate, pero también podemos proyectar un futuro bueno para nosotros mismos, como ser arquitecto o correr una maratón, que nos exige renunciar a la satisfacción de ciertos deseos inmediatos, como quedarnos en la cama durmiendo en vez de asistir a clases o ir a entrenar. Aunque asistir a clases no sea siempre algo deseable, la aspiración a ser arquitecto (estimada como buena) induce al deseo de hacerlo. Aunque es verdad que muchas veces nos cuestionamos si ciertos proyectos (o placeres a largo plazo) realmente ameritan la renuncia a otros deseos que podríamos satisfacer y disfrutar aquí y ahora, en este preciso momento, porque, al final, «¿Qué es la vida humana en este mundo inconstante? Nada más que un instante».[41]

Estamos condenados a la necesidad de examinar y valorar nuestros deseos no solo porque, como Whitman, contenemos multitudes, sino también porque somos los únicos animales que podemos desear lo que no es bueno y, también, sacrificar muchas cosas deseables y buenas por la satisfacción de deseos que prometen «felicidad», pero solo mientras se exhiben engatusadoramente en carteles, góndolas, pantallas, vidrieras y cursos rápidos de autoayuda… ¡Es que somos tan vulnerables!

28 Nietzsche, F. (2002), *El crepúsculo de los ídolos*, Madrid, Alianza Editorial.

29 Camus, A. (1981), *El mito de Sísifo*, Madrid, Alianza Editorial.

30 Harari, J. N. (2016), *Homo Deus. Breve historia del mañana*, Barcelona, Debate.

31 En la mitología romana, las parcas (Nona, Décima y Morta) eran las personificaciones del destino que controlaban el hilo de la vida de todos lo mortales.

32 Weiss, B. (2018), *Muchas vidas, muchos maestros*, Barcelona, Ediciones B.

33 Borges, J. L. (1971), *El aleph*, Madrid, Alianza Editorial.

34 Platón (1988), *Diálogos III: Fedón, Banquete, Fedro*, Madrid, Editorial Gredos.

35 Platón (2016), *Apología de Sócrates*, Buenos Aires, Eudeba.

36 Arthur Schopenhauer fue un filósofo alemán de la primera mitad del siglo XIX. Es popularmente conocido como «el filósofo pesimista», porque creía que la vida es, en sí misma, sufrimiento.

37 Freud, S. (2015), *El malestar en la cultura*, Buenos Aires, Amorrortu Editores.

38 Whitman, W. (2007), *Hojas de hierba. Edición bilingüe*, Buenos Aires, Editorial Losada.

39 Dostoyevski, F. (2020), *Memorias de subsuelo*, Madrid, Editorial Verbum.

40 El refrán reza así: «Andando el carro, se acomodan los zapallos», en alusión a que los problemas se van resolviendo en la marcha, a lo largo de la cual cada cosa va acomodándose de la mejor manera.

41 Adam Bernard Mickiewicz de Poraj (1798-1855), poeta polaco.

Razón o emoción

Hay que sentir el
pensamiento y pensar el
sentimiento.
MIGUEL DE UNAMUNO

EL FALSO DILEMA

La disyunción que hace de título a este capítulo es, lisa y llanamente, una falsa oposición. Este argumento falaz, popularmente conocido como «falacia del falso dilema», es un razonamiento tan común como engañoso que consiste en tomar por contradictorio lo que en realidad no lo es, y por el cual se pierde una considerable cantidad de tiempo y trabajo en intentar resolver conflictos irreales o ilusorios.

Los falsos dilemas son típicos de una cultura en la que impera la lógica binaria, de acuerdo con la cual se piensa en función de blanco o negro, verdadero o falso, malo o bueno. De esta manera, se presume que pensar correctamente implica evitar el gris de las paradojas y las contradicciones, ya que estas no son más que un síntoma de error o confusión.

Por otra parte, en la orilla opuesta de la lógica binaria se encuentra la sabiduría taoísta china, que hunde sus raíces en el siglo IV a. C. El taoísmo concibe la existencia de tres fuerzas: dos de ellas (denominadas *yin* y *yang*) se oponen y complementan entre sí, porque, aunque contradictorias, también son interdependientes, funcionan como una unidad. La tercera (denominada *tao*, que se traduce como «vía» o «camino») representa la fuerza conciliadora que aúna a las otras dos. El *tao* es una fuerza superior porque en ella, como en un gran útero, se concibe y contiene todo lo que existe. El *tao* reconoce y comprende las fuerzas opuestas que experimentamos y pensamos como

excluyentes, solo porque a nuestra «pequeña razón» le resulta sumamente difícil rendirse frente a la «gran razón» que las incluye y hace interdependientes.

Para ilustrar la concepción *inclusiva* del taoísmo existe una leyenda antigua que cuenta la historia de un viejo campesino que vivía junto a su hijo en una zona rural de China. Un día, el único caballo que tenían para trabajar la tierra se les escapó, y entonces todos los vecinos de las chacras aledañas lo visitaron para darle su pésame. Pero el viejo sabio les dijo: «¿Quién sabe qué es lo malo o lo bueno?». Al poco tiempo, el caballo que había escapado regresó, trayendo consigo a otro caballo. Y los vecinos volvieron a visitar al campesino, esta vez para celebrar la buena nueva; ahora el sabio y su hijo tenían no uno, sino dos caballos. Pero el viejo sabio los recibió con la misma pregunta retórica. Unos días más tarde, mientras intentaba domar al caballo nuevo, el hijo se cayó y se quebró una pierna. Y nuevamente, los compasivos vecinos fueron interpelados con la misma cavilación del viejo sabio cuando lo visitaron para presentarle sus condolencias. Mientras se recuperaba de la fractura, los emisarios del rey visitaron la aldea con el objetivo de reclutar jóvenes para ir a la guerra, pero el hijo del sabio taoísta fue eximido gracias a la lesión en su pierna. Dice la leyenda que la historia continúa hasta donde uno quiera llevarla, porque de eso se trata la vida: de no tomar nunca la desgracia ni la fortuna como absolutas. Porque el bien y el mal son fuerzas contrarias, sí, pero *siempre* conciliadas por el *tao* o la fuerza superior que las aúna.

Nuestra cultura occidental, en cambio, se fundamenta en la lógica binaria concebida por Aristóteles, casi contemporáneo al padre del taoísmo, Lao Tzu. Aristóteles creía que todo razonamiento válido o correcto debe cumplir con lo que él denominó «principio de no contradicción»: nada puede ser bueno (A) y no bueno (o malo, o sea –A) al mismo tiempo. Por eso, cuando nos encontramos frente a una paradoja (como, por ejemplo, «hay que ser egoísta o procurarse el bien a uno mismo para poder hacer el bien a los demás»), debemos resolverla de alguna manera. Porque no puede ser cierto que el egoísmo y el altruismo sean igualmente buenos. Así, el razonamiento binario fue decantando y afianzándose en la cultura occidental, donde incluso hoy, y a pesar de los tantos descubrimientos científicos que lo

refutan, todavía subsiste y se ve en las oposiciones cuerpo-mente, verdad-mentira, belleza-fealdad, bien-mal contradicciones insoslayables. Porque, aunque actualmente abunden los diagnósticos de enfermedades psicosomáticas, sigue siendo difícil pensar al ser humano como una unidad conformada por dos fuerzas (la del cuerpo y la de la mente) íntimamente fusionadas. No hay duda: concebir una idea es relativamente fácil, pero mucho más difícil es que decante, haciéndose carne, para transformar la forma en la cual pensamos y actuamos sobre la realidad. Por esto aún persiste la imagen del pensador como alguien frío, calculador, incapaz de sentir placer con lo que hace. Filósofos haciendo uso de su razón, encerrados en torres de marfil, desconectados de sus propias emociones y ajenos a los placeres y los padecimientos de la vida cotidiana.

Al final, y a pesar de todos los descubrimientos científicos que prueban cómo interactúan nuestras emociones y pensamientos, igual seguimos concibiéndolos generalmente como separados, opuestos incluso. Esta disyunción se manifiesta típicamente cuando hablamos del amor: creemos que el amor es pura emoción, algo que sentimos y que no deberíamos razonar demasiado, porque al hacerlo pierde toda su espontaneidad. Así, es común que las personas se encuentren atrapadas en medio de vínculos amorosos tóxicos o enfermizos, aduciendo que no pueden dejar la relación porque lo que los une a la persona amada es un sentimiento fuertísimo que no pueden «controlar». «El amor todo lo puede»: con esta muletilla se justifican y consienten vínculos disfuncionales y destructivos. Como si el amor fuese solo una emoción, algo que se siente y que es, *per se*, bueno y deseable. Pero, salvo el amor incondicional (que según varios autores, como Erich Fromm o Nietzsche, solo lo sienten las madres por sus hijos), los vínculos amorosos siempre están —o deberían estar— sujetos a condiciones. Y esas condiciones las pone la razón, que es el medio con el cual evaluamos qué necesitamos para que un vínculo sea bueno para nosotros. Recuerdo que de muy joven leí un libro titulado *Las mujeres que aman demasiado*, de una terapeuta estadounidense, Robin Norwood. El libro fue un *best seller* en su época (hace ya casi cuarenta años) y lo que plantea es que cuando estar enamorado significa sufrir, entonces estamos amando «demasiado». Así, el

problema es no poder ponerle límites o condiciones al amor para que, puesto en la balanza, en él pese más el bien que el mal, la alegría que el dolor, la felicidad que el sufrimiento. Pero para ponerle límites a cualquier cosa, sea nuestra pareja, nuestros hijos, amigos o una mascota, debemos juzgar, evaluar y elegir qué nos genera auténtico bienestar. Y para esto la razón es indispensable.

Las emociones nos hablan, sí, y son portadoras de un conocimiento vital acerca de nosotros mismos, de los otros y de nuestro entorno. Y por eso debemos «escucharlas», darles sentido y responder de alguna forma a su demanda. De lo contrario, después de un tiempo de llamar sin recibir respuesta alguna de nuestra parte, las emociones se desbordan y nos inundan de sufrimiento y malestar. La tarea de interpretar o dar sentido a lo que sentimos la cumple la razón, que «escuchando» atentamente se encarga de poner condiciones y límites a los estímulos que nos llegan desde el mundo exterior y desencadenan nuestra respuesta emocional, tanto para bien como para mal. Así, podemos decir que «la emoción propone y la razón dispone». Lejos de ser opuestas o contradictorias, como en un partido de dobles de tenis, la razón y la emoción siempre juegan juntas.

LA FILOSOFÍA COMO UN EJERCICIO RACIONAL:CONECTAR LOS PUNTOS

La filosofía es un ejercicio racional. Al comienzo de cada curso, siempre digo a mis alumnos que lo que harán en las clases de Filosofía es muy similar a lo que acostumbran hacer en las clases de Matemáticas: plantearse un problema y disponer a sus neuronas a hacer sinapsis para establecer un argumento razonado y llegar a una respuesta válida. La diferencia es que, mientras en la matemática todos generalmente llegamos a la misma respuesta o conclusión (dos más dos es *siempre* cuatro, y el orden de los factores no altera *jamás* el producto), las preguntas filosóficas admiten respuestas diversas, contradictorias incluso (frente a la pregunta de si existe o no el libre albedrío, diferentes filósofos argumentan tanto que sí como que no, y, salvo para la lógica formal —donde $p \cdot q = q \cdot p$—, *no* es lo mismo casarse y tener un hijo que tener un hijo y casarse: en la vida real el

orden de los factores a veces sí puede afectar el producto). Sin embargo, tanto en la filosofía como en la matemática las respuestas deben ser siempre racionales, lo que implica que debemos hacer uso de la razón para poder esbozar y explicar su descubrimiento. «Es así porque lo siento» o «porque me lo dijeron» no son respuestas válidas para una pregunta filosófica. Sin embargo, sí es posible argumentar por qué las emociones pueden ser una forma de conocimiento valiosa o valedera, y ofrecer una respuesta filosóficamente sustentable a la pregunta de si debemos o no confiar en nuestras emociones para tomar una decisión.

Por otra parte, para explicarles a mis alumnos en qué consiste el ejercicio de filosofar, también me ayuda mucho la exhortación de Steve Jobs en su célebre discurso en la Universidad de Stanford: «Conecten los puntos». Los puntos son los conocimientos, las experiencias, las emociones y las intuiciones que poseemos y que, a simple vista, no parecen guardar ningún tipo de relación entre ellos. Como si nuestra mente fuera un armario enorme, lleno de cajones rotulados donde guardamos cada una de las cosas que vamos aprendiendo a lo largo de la vida, según el sentido o el significado previamente asignado. Por ejemplo, nos enseñan que la poesía es un arte y que la filosofía es «la madre de todas las ciencias», y así, colocamos a los poetas —todos juntos— en el cajón con la etiqueta «artistas» y a los filósofos en otro, bien distinto, posiblemente rotulado «padres y madres de la ciencia» o, más comúnmente, «no sé bien qué es». También es probable que si vivimos en un Estado republicano nos enseñen que la democracia es, aunque imperfecta, el menos malo de todos los sistemas de gobierno posibles, contraria a la tiranía, probablemente considerada la peor de todos ellos.

El ejercicio de conectar los puntos consiste en abrir poco a poco los cajones y «sacar» (traer a la conciencia) lo que permanece archivado y empolvado (bajo la forma de creencias y prejuicios no examinados) ahí dentro. Así, luego de examinar y resignificar lo que «sabemos», podemos comenzar a unir los puntos: comprobar, por ejemplo, que hay poesía en muchas obras filosóficas (las de Platón y Nietzsche son claros ejemplos) o que las democracias siempre corren el riesgo de convertirse en «tiranías de las mayorías».

Tanto el examen de nuestros prejuicios y creencias no examinadas como el ejercicio de conectar los puntos requieren el uso de la razón como forma de conocimiento. Porque somos «animales racionales» estamos capacitados para realizar este ejercicio apasionante, mediante el cual siempre podemos ampliar y enriquecer nuestra comprensión de la realidad y de nosotros mismos.

¿POR QUÉ UN ELOGIO A LA RAZÓN?

Porque sí, porque la razón lo merece. Porque ella es, parafraseando a Stendhal[42] pero en otros términos, nuestra «promesa de libertad». La única que no nos «vende gato por liebre», alimentando la ilusión y valiéndose de la frustración para seguir despachando promesas fútiles, subastadas a granel. La razón gana, y con creces, mi voluntad de elogiarla porque me enriquece y libera. Y esto porque gracias a ella puedo comprender y dar sentido al mundo, a mí misma, a la realidad y a los demás. Gracias a la razón puedo superar mi *humana, demasiado humana* tendencia a moralizar, a ir por la vida como van los empleados por las góndolas de los supermercados: etiquetándolo todo. Porque, es verdad, «para moralizar basta con no comprender».[43] Y no podríamos comprender nada si no tuviésemos la capacidad para pensar…

Es más, la razón me hace mejor persona. Puedo equivocarme, claro, pero no puedo imaginar la benevolencia humana sin el afán de comprender las razones que tienen los otros para ser como son y hacer lo que hacen. Porque la virtud de la benevolencia se juega en la capacidad para comprender al que es, siente, piensa, elige y actúa diferente a nosotros.

Elogio la razón porque, desde que tengo conciencia, experimento el placer de cuestionarme y cuestionar. Porque soy analítica, siempre lo fui, y elegiría volver a serlo una y otra vez, en *el eterno retorno de lo mismo* de Nietzsche. Lo elegiría porque cada vez que hago el ejercicio de «conectar los puntos» siento algo muy parecido —por no decir igual — a la sensación de tener «mariposas en el estómago» (que, en términos neurocientíficos, equivale a una inyección cerebral de dopamina, popularmente conocida como «hormona de la felicidad»)

típica del enamoramiento. Sí, estoy perdidamente enamorada del pensar reflexivo.

La razón tiene la excepcional virtud de reconocer sus propios límites y conducirnos, así, hacia el universo de la claridad inexplicable deteniéndose, humilde y noble, en el umbral. Porque ella sabe que hasta ahí llega, que debe ser así para que pueda desplegarse el firmamento de la epifanía, donde reside la verdad. Como el filósofo de Platón, que abandona la ignorancia oscura de la caverna en busca del conocimiento iluminado de la verdad. Su razón lo guía por el camino hacia el «mundo de las ideas», pero lo que ve el filósofo cuando finalmente contempla el sol, esto Platón no lo explica. Solo sabemos que aprehende la Idea del Bien (y de la Belleza y la Verdad), y la comprende. Pero nada más. Siempre pienso que Platón entendió que la verdad es inexplicable, pero que solo mediante el uso de la razón podemos reconocer que hay cosas que, sencillamente, no son explicables.

Creo que, de haber escrito este libro en otro momento, probablemente no hubiese sentido tanta necesidad de hacer un elogio a la razón. Porque si bien la razón es la *via regia* de la filosofía, no es por ser filósofa que siento este impulso. Lo que me motiva a hacerlo es, más bien, la creciente denostación a la que es sometida la razón en el mundo actual. Como si ella nos privara de todo lo que es bueno y genuino. Pero, más aún, porque hoy más que nunca corremos el riesgo de vernos inconscientemente encadenados dentro de la caverna de Platón, donde lo que creemos y sabemos proviene, fundamentalmente, del piar (que en inglés se traduce como *tweets*) de las redes sociales, en las cuales cualquiera puede opinar lo que quiera, sin necesidad de justificar o fundamentar nada.

A veces pienso que las redes sociales y la creciente atomización de la información a la que estamos expuestos amenazan con convertirnos en «los indiferentes» del canto tercero de la *Divina comedia*.[44] Estos son almas moralmente insignificantes, que vivieron su vida «sin pena ni gloria», sin jugársela por nada, y por eso persisten en el vestíbulo del infierno. No merecen ni la gloria del cielo ni tampoco el castigo del infierno, porque no tuvieron la valentía de hacer el bien ni tampoco el mal. A estos indiferentes de la *Divina comedia* podría perfectamente

estar dedicada la canción homónima[45] de No Te Va Gustar: «Yo no entiendo cómo podés pensar / si te volaron la cabeza. / Vos no podés pensar que no tenés / nada que hacer».

Los indiferentes son los que, por no poder pensar, no arriesgan, no toman decisiones, mientras son arrastrados por la ola de las creencias, los valores y los prejuicios preestablecidos. Una ola que, insuflada por la inmediatez promovida por las redes sociales —primas hermanas del «¡llame ya!»—, nos vuela la cabeza como en los versos de Emiliano Brancciari.[46]

En el recientemente estrenado documental *El dilema social*,[47] ex directores ejecutivos, ingenieros y creadores de aplicaciones como Gmail, Facebook, Instagram, Pinterest, Twitter, YouTube y TikTok explican cómo estas redes sociales están diseñadas para predecir y manipular nuestro comportamiento en beneficio de las grandes empresas que promocionan y venden productos a través de ellas. El objetivo es que nos mantengamos lo más conectados posible a las redes, porque en la medida en que interactuamos a través de ellas, vamos dejando huellas (información acerca de nosotros mismos) que son procesadas por algoritmos cada vez más «inteligentes» que se ocupan de «conocernos» cada vez más y mejor, prediciendo nuestra conducta y vendiéndonos lo que, según sus cálculos, satisface nuestros deseos.

Para captar nuestra atención y sacarnos la mayor cantidad de datos posible, estos complejos programas se basan en un principio de la psicología conductista clásica según el cual para que un comportamiento aumente, este debe ser recompensando con un estímulo placentero. Mientras navegamos por las redes sociales estamos siendo constantemente recompensados con noticias, promociones y novedades que condicen con lo que consideramos (sin demasiado pienso) valioso, placentero o estimable. No es extraño, entonces, que en el mundo de hoy exista la popularmente conocida «adicción a las redes sociales».

EL CORAZÓN TIENE RAZONES QUE LA RAZÓN DESCONOCE

En ese sentido, estuvo en lo cierto Blaise Pascal, filósofo francés del

siglo xvii, cuando afirmó que «el corazón tiene razones que la razón desconoce». La razón, como todo lo humano, tiene sus límites. Y debemos reconocerlos para no «brutalizarla» como un toro de lidia que arremete contra todo, inconsciente de sus limitaciones. Esto sucede cuando nos aferramos a la falsa presunción de que, por ser animales racionales, somos soberanos del mundo y de la naturaleza toda, a la cual tenemos el poder de conocer y el derecho de manipular a nuestro antojo. Pero solo la razón misma puede reconocer sus propios límites. Para poder hacerse una idea de todo esto, siempre invito a mis alumnos a reflexionar conmigo en torno a una metáfora que, debo confesar, ya no sé si es inventada por mí o si la tomé prestada de algún lado. Yo la llamo «la metáfora del elástico» y consiste en imaginar la razón como si fuera un elástico. Este posee la capacidad de estirarse y amoldarse para abrazar y contener (o aprehender) una cierta cantidad de «cosas». El ejercicio del pensar racional consiste, como sucede con los músculos del cuerpo, en estirar y estirar ese elástico para hacerlo cada vez más flexible. Al igual que con los músculos, solo podemos reconocer sus límites si estamos alertas a su umbral de dolor. Porque existen razones (ya sea del corazón o de lo que sea) que la razón no puede explicar… pero para reconocerlas, debemos llevar la razón hasta su máximo potencial y allí, como un elástico, ella se dará por vencida y nos hará saber que existen cosas que no puede abarcar o explicar. Siempre imagino esa superación o traspaso del «umbral de dolor» de la razón como la iluminación del sabio, ya sea Buda, Cristo o el filósofo de la alegoría de la caverna de Platón. Ellos saben, pero no pueden explicarlo ni sienten la necesidad de hacerlo.

Quizá Pascal fue también un sabio en este sentido o, como buen filósofo, comprendió que la razón humana no puede aprehender el sentido de absolutamente todas las cosas que existen. En la cita célebre refiere al corazón, que bien podemos identificar como símbolo de las emociones. Pero Pascal nos dice que *el corazón tiene razones*. Porque bien podría haber dicho que el corazón funciona de tal manera que a la razón le resulta imposible comprender sus motivos, que el corazón y las emociones son, lisa y llanamente, irracionales, productos del azar. Me resulta asombroso que Pascal, ya en el siglo XVII, haya entendido que existe una lógica que explica las reacciones bioquímicas que

suceden en nuestro cuerpo e impactan en nuestra psiquis. Una lógica que la razón, en ese entonces, no podía explicar, pero que ya Pascal podía reconocer como racional.

Hoy podemos explicar no solo por qué, sino cómo se suscitan esas reacciones bioquímicas en nuestro organismo. El miedo es generado, entre otras cosas, por un aumento de la adrenalina, y el enamoramiento se da por la secreción de dopamina y serotonina, mientras que las conductas de apego son estimuladas por el aumento de la oxitocina (hormona responsable, entre otras cosas, de la eyección de la leche en la madre para amamantar a su hijo). Sin embargo, es cierto que aún persisten ciertos misterios o enigmas, como por ejemplo por qué me enamoré de *esa* persona, o por qué existen personas que prefieren la verdad, por más que les duela, mientras otras son capaces de vivir en una mentira, siempre y cuando les garantice felicidad.

LA PEQUEÑA Y LA GRAN RAZÓN

En un discurso titulado «De los despreciadores del cuerpo» de *Así habló Zaratustra*,[48] Nietzsche escribe que coexisten en nosotros una «pequeña» y una «gran» razón. La pequeña es nuestra conciencia, mientras la gran razón es el cuerpo, al cual Nietzsche denomina *sí mismo*. Como buen vitalista, y en contra de las tradiciones platónica y judeo-cristiana, afanadas en subestimar el cuerpo frente a la naturaleza elevada y preciosa del alma, la inteligencia o el espíritu, Nietzsche le canta al «soberano poderoso», al «sabio desconocido» (de tan poco valorado, escuchado y estudiado): «Hay más razón en tu cuerpo que en tu mejor sabiduría».

Como Pascal, Nietzsche comprende que existe una lógica de placer-displacer que explica la experiencia emocional. Pero, más aún, pronostica lo que, poco más de cien años después de su muerte, iba a ser descubierto y explicado como el fenómeno psicosomático.

«El sí mismo dice al yo: “Siento dolor aquí”. Y el yo sufre y reflexiona sobre cómo dejar de sufrir; y justo para ello *debe* pensar. El sí mismo dice al yo: “Siento placer aquí”. Y el yo se alegra y reflexiona sobre cómo seguir gozando a menudo; y justo para ello, *debe* pensar».[49]

Nietzsche es un pensador enigmático, su obra está llena de afirmaciones diversas e incluso contradictorias. Aunque no me cabe duda de que estiró el elástico de su razón más allá del umbral de dolor, en este discurso particular deja constancia de la preeminencia del cuerpo y de las reacciones emocionales que en él se suscitan, muy por encima de su *pequeño instrumento o juguete* que llamamos *yo*, *conciencia* o *razón*. Y quizá este canto al cuerpo sea, precisamente, el fruto de esa experiencia de los límites de la capacidad para explicarlo todo con nuestra razón.

Nietzsche sufrió muchas enfermedades y padecimientos físicos que condicionaron, en gran medida, tanto la forma como la calidad de su vida. Y también su filosofía. En *Ecce homo*,[50] por ejemplo, escribe que sus múltiples afecciones fueron determinantes en su pensamiento. Que jamás habría pensado lo que pensó si no hubiera sido por las enfermedades que tuvo que padecer a lo largo de su vida. Así, no es extraño que Nietzsche haya denominado al cuerpo *la gran razón*. Porque si la voluntad de poder (concepto clave que recorre todo el pensamiento y la obra de Nietzsche) se puede definir como el poder o el dominio que un objeto ejerce sobre otro, entonces ciertamente su cuerpo —habitado por fuerzas poderosamente desgarradoras— tuvo efectos fuertísimos sobre su psiquis, lo cual echa luz sobre la idea de dos pulsiones (de la mente y el cuerpo) pujando en la misma dirección. En consonancia con el mito del carro alado de Platón, en el de Nietzsche, el auriga que lo conduce son las emociones, mientras que la conciencia es un coadyuvante inteligente, que se da maña para perpetuar el placer y atenuar el dolor.

Así, como vimos al principio de este capítulo, no hay una respuesta definitiva para las preguntas filosóficas, y la cuestión de la preeminencia de la reflexión racional o la experiencia emocional no son excepciones. Siempre habrá filósofos pensando en forma diversa y, por ende, aportando diferentes respuestas al problema. Porque, al final, como reza al célebre dilema del huevo y la gallina, ¿qué determina a qué? ¿Las emociones al pensamiento? ¿O viceversa?

Ahora, por ejemplo, en el proceso de escribir este libro, a veces me sucede que mientras escribo voy pensando cosas que me generan un placer inmenso, pero también me pasa que dependo de mis estados

emocionales para poder poner mis pensamientos en palabras. Para escribir necesito tener el «alma a flor de piel», como se dice popularmente. Hace pocos días, por ejemplo, pasé casi una hora llorando de emoción después de encontrarme con una foto de mi hijo junto a un amigo cuando eran niños. La imagen tuvo un efecto evocador en mi alma (parecido al «aprender es recordar» de Sócrates) y disparó recuerdos que, a su vez, encendieron una sensibilidad encarnada en aquel llanto hondo, triste, sí, pero lindo al mismo tiempo. Y después de esa experiencia profundamente emocional, sobrevino el día más prolífico de todos los que, hasta hoy, dediqué a la escritura de este libro. De haberme visto, es probable que Nietzsche hubiera dicho que lo que me sucedió fue una confirmación de su idea de que la conciencia —gracias a la cual elijo las palabras que materializan mis ideas en el papel escrito— está al servicio de las reacciones emocionales que experimenté cuando me encontré con la foto.

Sin embargo, también me ha sucedido —más de una vez— estar conduciendo mi auto y que, de pronto, me sobrevenga a la mente una ocurrencia o una idea que no había pensado ni imaginado antes. Y el placer que siento entonces es sencillamente inenarrable (si Kant, Nietzsche y Aristóteles pensaban mejor cuando caminaban, a mí me sucede lo mismo mientras manejo mi auto sola y escuchando música). En estos casos, en cambio, es el pensamiento —la pequeña razón de Nietzsche— el que estimula a la *gran razón* con un baño de bienestar.

Así, al final, quizá tenga razón el sabio taoísta: ¿quién sabe qué viene primero? ¿El huevo o la gallina? ¿El cuerpo o la mente? ¿La emoción o el entendimiento? ¿La pequeña o la gran razón?

¿No será que comulgan tan íntimamente que es imposible separarlas o diferenciarlas?

DEL RACIONALISMO ILUSTRADO AL EMOTIVISMO DESAFORADO

El glorificado racionalismo de la modernidad iluminista ya había sido cuestionado y combatido a fines del siglo XVIII por el Sturm und Drang (Tormenta e Ímpetu) del romanticismo. Los románticos concibieron al

ser humano como algo más que un yo pensante racional, tal como lo había propuesto Descartes. Ellos entendieron que la naturaleza humana no es solamente racional, y que también existe un universo caótico y oscuro dentro del alma humana, al cual Goethe denominó *demoníaco*. Si la ilustración racionalista buscó eliminar lo demoníaco (entendido como el impulso que hace tambalear la razón), el romanticismo se propuso recuperar y reflexionar sobre ese rasgo tradicionalmente más solapado de nuestra naturaleza. Así, la dimensión irracional del ser humano fue puesta sobre la mesa, no simplemente para denostar la razón, sino con el objetivo de examinar en qué medida somos motivados por la conciencia pensante y cuánto lo somos por las pulsiones más desconocidas y caóticas que también nos constituyen. Los románticos hablaban de sentimientos y no de emociones, pero estos dos conceptos están íntimamente relacionados. Una emoción es un conjunto de respuestas neuroquímicas y hormonales que nos disponen a responder a un estímulo, ya sea externo (como, por ejemplo, ver una araña, lo que nos induce a correr) o interno (como un recuerdo del pasado que nos pone nostálgicos), de una determinada manera. El sentimiento, por otra parte, resulta del sentido que les damos a las emociones experimentadas, así como también de su evaluación consciente mediante la cual juzgamos su impacto en nuestro comportamiento: lo que siento cuando veo una araña es *miedo*, pero ¿es racional salir corriendo o debería controlar el impulso para poder hacer frente a la situación de una forma más efectiva, como por ejemplo agarrar una escoba o un zapato para matarla? O, si pienso que no es moralmente aceptable quitarle la vida a un animal, ¿acaso no será mejor alejarme tranquila del lugar para que ella siga su camino hasta dejar de representárseme como una amenaza?

En realidad, el sentimiento y la emoción son inseparables porque, a diferencia del resto de los animales, que reaccionan instintivamente al placer y el dolor, el ser humano consciente siempre da un sentido a las emociones experimentadas.

A través de esta exaltación de los sentimientos y de los aspectos más oscuros y caóticos de la naturaleza humana, los románticos fertilizaron la tierra en la que, poco más de un siglo más tarde, se cosecharía la

teoría psicoanalítica de Freud. Con su revolucionario descubrimiento del inconsciente, Freud contribuyó cuantiosamente al desencanto del proyecto racionalista moderno. Así, el padre del psicoanálisis fue catapultado, junto a Marx y Nietzsche, como uno de los tres «maestros de la escuela de la sospecha». Esta fue una inventiva de un filósofo francés contemporáneo, llamado Paul Ricoeur, quien identificó en los tres pensadores un particular espíritu crítico mediante el cual cuestionaron el ideal moderno de la primacía de la razón humana.

Freud comparó la mente humana con un iceberg, cuya punta —que se alza sobre el mar y representa una porción mínima de su tamaño total— simboliza la conciencia. La parte sumergida y oculta del iceberg, en cambio, simboliza la dimensión mucho más vasta e inconsciente de nuestra psiquis. De esta manera, Freud arremete de forma explícita contra el «pienso, luego existo» cartesiano, que sentó las bases del proyecto racionalista de la modernidad. Mediante su teoría del inconsciente, Freud buscó fundamentar y explicar el poder que ejercen las fuerzas desconocidas e irracionales sobre el comportamiento humano. Así, nos engañamos cuando pensamos que elegimos con plena consciencia a nuestra pareja, nuestra profesión o incluso la comida que más nos gusta. No, nuestras elecciones también son motivadas por los pensamientos, las experiencias, las fantasías y los sentimientos reprimidos a lo largo de nuestra vida —y más fundamentalmente en la infancia—. Nuestro comportamiento no solamente es el resultado de la deliberación racional llevada a cabo por nuestra conciencia, en él también se expresan aquellas fuerzas desconocidas que pulsan desde el inconsciente buscando ser satisfechas.

De todas formas, y a pesar de exponer una crítica a la concepción moderna del sujeto racional y autodeterminado, Freud apostó a la capacidad analítica o racional de la mente humana, capaz de «hacer consciente lo inconsciente». En consonancia con el método socrático, el método psicoanalítico se basa en la introspección como vía para el autoconocimiento, que se va desplegando en el análisis o la interpretación de los contenidos inconscientes que se manifiestan a través de los sueños, los actos fallidos y las diversas ideas y ocurrencias que se presentan espontáneamente en la conciencia.

Es más, pienso que Freud estaría de acuerdo en que hoy por hoy la razón merece ser particularmente elogiada. Aunque más no sea para hacerle justicia a una cualidad tan comentada como incomprendida. Porque, hay que decirlo, hoy ella «compite», en franca desventaja, contra la emoción. Esta desventaja es uno de los tantos frutos que cuelgan del árbol de la posmodernidad. Un fruto agridulce, aparentemente, porque si bien el endiosamiento de la razón propio de la modernidad necesitaba ser revisado y deconstruido, es muy probable que se nos haya ido un poco la mano, enalteciendo la emoción espontánea como un nuevo ídolo alternativo. Ya lo dijo el «viejo y querido» Aristóteles: lo más difícil es el equilibrio. Pero en ese «justo medio» yace, precisamente, la virtud. Por eso, es importante reconocer nuestra humana tendencia a vernos arrastrados hacia los extremos viciosos de lo defectuoso o lo excesivo, para poder moderarla y no ser dominados por ella.

Lo que cunde hoy es el extendido prejuicio de que el uso de la razón nos hace menos auténticos y más proclives a una vida sin disfrute ni sentido. Máximas como «haz lo que sientas» o «escucha a tu corazón» proliferan aquí y allá, promoviendo los «beneficios» de responder espontáneamente a las reacciones bioquímicas que se producen en nuestro cuerpo o de «escuchar» nuestras emociones sin pasarlas por el tamiz de la conciencia. Pero, hay que decirlo: lo primero es propio de los animales y, aunque ¡nosotros también lo somos!, al adoptar esa máxima como guía categórica y exclusiva estamos renunciando a nuestra condición racional, tan natural y vital como aquella. Parafraseando a Sartre, estamos condenados a la autoconciencia. Por otra parte, y en consonancia con lo anterior, para «escuchar» nuestras emociones debemos, antes, decodificarlas, conferirles un sentido (placer, dolor, alegría, tristeza, etcétera) para responder adecuadamente su llamado. Y dar sentido, sea a lo que sea, es una tarea que solo puede llevar a cabo la conciencia.

Una de las consecuencias de este prejuicio tan extendido es el creciente auge de los populismos. Desde las más diversas ideologías políticas prosperan líderes que buscan convencer a las personas a través de discursos que incitan sus emociones más profundas, como son el miedo, la inseguridad, el enojo y la sed de venganza. De esta

manera, se ganan la aprobación y el voto de la gente no a través de ideas que proporcionen soluciones reales o efectivas a los problemas, sino por medio de un discurso sustentado en la existencia de «dos bandos» bien separados y distintos: los buenos y los malos. Apoyados en la brecha generada por estos bandos antagónicos, como ricos-pobres, nacionales-extranjeros, oligarcas-pueblo, ganadores-perdedores, los líderes populistas utilizan los diferentes conflictos económicos, políticos y sociales de sus países para «meter el dedo en la llaga» y hacerla más incisiva y dolorosa aún. Como un dolor de muelas con el que vamos por la vida con cierto malestar pero resistiendo, los populistas se las ingenian para agudizar significativamente ese malestar hasta hacerlo insoportable. De ese modo, estimulando el dolor (o cualquier otra emoción displacentera), ofrecen soluciones «mágicas» para mitigarlo o hacerlo desaparecer, incluso. Y cuando el dolor de muelas se vuelve insoportable, corremos al primer dentista que nos prometa acabar con el dolor, sin pensar casi en el método que utilizará para hacerlo. En ese momento, lo único que deseamos es dejar de sufrir y los medios para hacerlo quedan relegados a un segundo plano.La forma más efectiva de incentivar una respuesta emocional es enardecerla al máximo para propiciar, así, una reacción irreflexiva. En efecto, nuestro organismo está condicionado para reaccionar en forma impulsiva y automática cada vez que nos exponemos a un peligro inminente, y las emociones son las encargadas de «apretar el botón» que produce esa reacción espontánea. Y aunque este mecanismo es fundamental para garantizarnos la supervivencia, al igual que todo lo que es humano, las emociones no son infalibles. Por eso a veces se enardecen ante un estímulo que no lo amerita realmente, como el discurso binario y falaz de algunos líderes populistas. A modo de ejemplo, podemos citar una de las tantas declaraciones polémicas de Donald Trump, expresidente de Estados Unidos; refiriéndose a los migrantes mexicanos, afirmó: «Están trayendo sus drogas, ¡están trayendo su crimen!».[51] Valiéndose de los conflictos sociales generados por el fenómeno de la migración, Trump buscó enardecer el sentimiento de inseguridad en los ciudadanos estadounidenses, proponiendo políticas antimigratorias («Un muro en la frontera con México nos ahorraría muchísimo dinero»; «México

pagará el muro») para paliar esa situación.

Sería absurdo afirmar que todas las personas que votaron a Trump lo hicieron gracias a esta estrategia típicamente populista, pero no hay duda de que muchos ciudadanos estadounidenses se vieron motivados a hacerlo a causa de esto. No obstante, luego de pasado el gobierno trumpista, el muro en la frontera con México sigue siendo un tan controvertido como improbable proyecto. La falsedad de la «solución» propuesta por Trump para mitigar el sentimiento de inseguridad y resentimiento de los ciudadanos estadounidenses ante el problema de la inmigración ha quedado develada. Pero cuando las emociones son encendidas, no es fácil separar la verdad de la mentira.

LA RAZÓN: UNA PROMESA DE LIBERTAD

En su breve ensayo *¿Qué es la ilustración?*, Immanuel Kant escribió que el concepto no alude, como se suele pensar, a un período o una época histórica. La ilustración representa, en realidad, el abandono o la superación de la «minoría de edad», entendida como el estado de dependencia cognitiva y emocional. La ilustración representa la capacidad para pensar autónomamente, así como el coraje para poder hacerlo. De ahí su famosa expresión *sapere aude* o «atrévete a pensar». Así, de cara a la popular consigna de «haz lo que sientas», Kant diría que ese es un síntoma propio de la minoría de edad; un llamado a depender de nuestras emociones, a ser esclavos de las reacciones bioquímicas que se suscitan en nosotros más allá de nuestro entendimiento y voluntad. Porque libre es quien usa su inteligencia para decodificar sus pensamientos y deseos para decidir cómo responder a ellos.

Un ejemplo de esto son las adicciones, como a la nicotina, por ejemplo. Si los fumadores, que entienden que fumar es malo para su salud, adoptasen el lema de dejarse llevar por lo que les proporciona placer, entonces no deberían dejar de fumar. Mas esta decisión sería claramente incongruente con su entendimiento de que el cigarrillo es perjudicial para su salud. Lo razonable en este caso, en cambio, sería soportar el displacer generado por la abstinencia de nicotina en pos de un bienestar mayor a futuro (la preservación de la salud). Pero esta es

una decisión que requiere el ejercicio de la razón (para comprender que fumar es perjudicial) y la fuerza de voluntad para soportar la ansiedad, la angustia y el displacer generados por la falta de nicotina en el organismo. Así, a veces es mejor hacer oídos sordos al llamado de las emociones que buscan procurarnos un placer inmediato, en pos de un placer reflexionado y proyectado *a posteriori*.

Pero nada de esto les resta valor a las emociones, que son importantes, ¡importantísimas! El problema es que nos hacemos un magro favor a nosotros mismos si las erigimos como meras antagonistas del pensar racional. Para ser justos, deberíamos decir que las emociones deben bailar el vals con la razón, porque ellas son el termómetro de lo placentero (que por naturaleza anhelamos) y lo displacentero (que por la misma naturaleza rehusamos). Pero este termómetro, igual que el que mide la fiebre, se limita a medir el placer y el displacer inmediatos, sin evaluar las consecuencias que su satisfacción o evasión puedan tener a largo plazo. Esto último es competencia de la conciencia, gracias a la cual podemos discernir, aunque sea de modo aproximado, el beneficio o el perjuicio que, a futuro, nos puede llegar a deparar el placer o el dolor que estamos experimentando.

Nuestra naturaleza racional nos fuerza a valorar las cosas para poder juzgar y elegir lo que consideramos más correcto o apropiado. No solo somos animales que reaccionan instintiva o automáticamente al principio del placer. También nos encontramos motivados por el principio del deber, basado en los criterios de lo bueno y lo malo. Y aunque estos valores puedan ser cambiantes o relativos, al momento de tomar una decisión siempre lo hacemos con base en algún sentido del bien y el mal. De lo contrario, no estaríamos decidiendo o actuando, sino solamente reaccionando. Y a veces debemos hacerlo, claro. Por ejemplo, cuando nos encontramos en una situación en que nuestra vida o integridad se ven amenazadas y no podemos detenernos a reflexionar sin correr el riesgo de morir en el intento. En esos casos, el miedo es nuestro mejor aliado, y por eso se dice que el miedo es un coadyuvante fundamental para el instinto de supervivencia. De hecho, el miedo es una de las emociones más primitivas y potentes de nuestra naturaleza, y todos los animales, tanto humanos como no humanos,

tenemos la capacidad de sentir miedo. Este se encuentra regulado por una *inteligencia biológica* que se ocupa de inundar el organismo de adrenalina, también conocida como «la hormona de lucha o huida», que nos induce a reaccionar en forma automática cuando nuestra integridad se ve amenazada.

Sin embargo, también existen los miedos irracionales; el «miedo al miedo» es un buen ejemplo. En realidad, a lo que le tememos es a la sensación desagradable que el miedo nos genera. Y es razonable que así sea; sentir miedo es una experiencia realmente displacentera. Pero debemos comprender que esta sensación de malestar es la que nos induce a reaccionar en forma irreflexiva e inmediata, con el objetivo de salvaguardar nuestra vida ante una situación amenazante o peligrosa. Así, resulta absurdo temerle al miedo, porque el malestar que nos genera es, a fin de cuentas, para nuestro provecho. El miedo al miedo aplica fundamentalmente para los miedos *irracionales* (también llamados *fobias*). Algunos ejemplos de miedos irracionales son la agorafobia (o el miedo a estar en espacios abiertos, como puede ser la calle), y también la aerofobia (que es el miedo a volar en avión). La irracionalidad de estos miedos radica en que ellos son provocados por circunstancias o situaciones que no representan una amenaza para nuestra supervivencia o integridad física o psicológica. Lejos de ser coadyuvantes, los miedos irracionales son paralizantes y hasta propiciadores de las más diversas psicopatologías.

Como las fobias y el miedo al miedo, los seres humanos también podemos sentir amor enfermizo o resentimiento autodestructivo, entre otras emociones que nos llevan por «mal camino». Las emociones no son siempre, *per se*, buenas consejeras o guías, y para evaluar cuándo lo son y cuándo no debemos aplicar la razón. Esto, para evitar preocupaciones o malestares absurdos e innecesarios y gozar de lo que los griegos llamaron *ataraxia* o *imperturbabilidad del alma*.

Epicuro fue un importante promotor de esta virtud, a la cual consideraba una condición indispensable para llevar una vida feliz. En su famoso jardín, en el cual se reunían mujeres, hombres y hasta esclavos a filosofar, se fomentaba la toma de conciencia de las preocupaciones estimadas absurdas (como el miedo a la muerte, al futuro y a los dioses) para poder verse libre de ellas y disfrutar los

placeres que la vida nos proporciona.

Pero los filósofos que más fomentaron y practicaron la virtud de la *ataraxia* fueron los estoicos. Uno de los más célebres representantes de esta escuela filosófica (a quien ya mencionamos en el capítulo anterior) fue Epicteto, quien vivió parte de su vida como esclavo y luego, una vez liberado, como filósofo. Como buen estoico, Epicteto practicó y enseñó las virtudes de la imperturbabilidad y el desapasionamiento. Para los estoicos, la *eudaimonía* (o felicidad) se conquista a través del ejercicio de la razón, mediante el cual podemos distinguir los malestares que podemos controlar o cambiar de los que no. De cara a lo que sí depende de nosotros, debemos poner nuestra voluntad para enmendar el mal y subsanar, así, el malestar que nos genera. Por otra parte, debemos aprender a vivir con aquellas cosas que no podemos cambiar, practicando la virtud de la imperturbabilidad. Pero, y esto es importante: la *ataraxia* no implica la adopción de una actitud de resignación ante el malestar, así como tampoco su desestimación o negación. La *ataraxia* como virtud requiere dar sentido o razón al malestar padecido, reconociendo su necesidad como parte del destino que nos toca. Como el viejo sabio de la leyenda taoísta, los estoicos creían que el destino tiene su propia razón de ser. Los seres humanos somos capaces de sobrellevar el sufrimiento y el malestar mediante la comprensión de que existe una razón o un sentido para todo, incluso aquello que no podemos explicar… En esta misma concepción estoica se inspira la reconocida máxima de Nietzsche «lo que no me mata me hace más fuerte».

SPINOZA, EL PRÍNCIPE DE LOS FILÓSOFOS[52]

De todos los filósofos racionalistas (que son muchísimos), Spinoza es, a mi juicio, el más conmovedor. Y también el más apasionadamente racional.

Spinoza nació en Ámsterdam en 1632, en el seno de una familia judeo-sefaradí que había emigrado de la península ibérica a causa de la persecución religiosa. Fue educado en la ortodoxia judía, pero desde muy joven desarrolló ideas muy controvertidas respecto de la autenticidad de la Biblia y la naturaleza de la divinidad. Baruch

pasaba todo lo que aprendía por el tamiz de la razón, por lo que no fue fácil para él aceptar creencias carentes de lógica, como la existencia de un dios trascendente, creador de todas las cosas y sabedor absoluto del Bien y la Verdad. Tampoco lo convencía para nada la idea de que la Biblia fuera literalmente «la palabra de Dios». Para Spinoza, este era un libro con reflexiones muy profundas y consejos muy sabios y buenos, pero que había sido escrito y revisado por seres humanos falibles y sin un conocimiento absoluto de las cosas. Él creía que la Biblia debía ser leída y examinada por la razón con el objetivo de llegar a una comprensión más profunda y verdadera de la naturaleza de la divinidad. Así, Spinoza fue finalmente excomulgado de la sociedad judía a los veintitrés años de edad, tras lo cual se dedicó a pensar y escribir filosofía, ganándose la vida como pulidor de lentes en La Haya.

El pensamiento spinoziano es fascinante y sumamente rico en ideas y conceptos, siempre cuidadosamente analizados y argumentados, ya que la razón fue siempre, para Spinoza, el medio por excelencia para acceder a un conocimiento certero de la realidad. Con respecto a la naturaleza de la divinidad, por ejemplo, Spinoza fue un panteísta, para quien la naturaleza, el universo y la deidad (que los monoteístas llaman *Dios*) son la misma cosa. Su famosa expresión *deus sive natura* (traducida del latín como «Dios o la naturaleza») expresa esa identidad de acuerdo con la cual el conocimiento de la divinidad se obtiene a través de la contemplación y el estudio de la naturaleza, en todas sus expresiones y manifestaciones. Porque para Spinoza (a diferencia de Descartes y la tradición dualista, que conciben la existencia de dos sustancias: material y espiritual) todo lo que existe está hecho de la misma y única sustancia infinita: Dios. Spinoza era monista y no dualista, y en eso estuvo casi quinientos años adelantado con respecto a los descubrimientos de la ciencia más contemporánea, que concibe al cuerpo y la mente o el alma como una unidad.

En una de sus obras más importantes, *La ética demostrada según el orden geométrico*, Spinoza buscó fundamentar el sentido del bien y el mal —como la geometría de Euclides— sobre la razón deductiva. Esto fue algo revolucionario, y hasta escandaloso, en su época. Y también sigue siéndolo (aunque no tan escandalosamente) en la actualidad,

cuando las nociones del bien y el mal siguen en gran medida ligadas a diferentes creencias religiosas o míticas. Un ejemplo de esto es la moral judeo-cristiana, basada en ideales o mandatos concebidos por un dios omnisapiente al que debemos observar y obedecer para ser buenas personas. Así, la pretensión spinoziana de construir una doctrina ética fundamentada en razonamientos deducidos a partir de axiomas (proposiciones o enunciados que, de tan evidentes, no requieren demostración) tales como «el hombre piensa» o «dada una cosa cualquiera, se da otra más potente por la que aquella puede ser destruida» fue (y sigue siendo) un proyecto tan ambicioso como revolucionario.

Pero lo más fascinante del racionalismo de Spinoza es que integra el estudio de las emociones como un elemento fundamental para el conocimiento de la naturaleza humana. En vez de desdeñarlo por considerarlo engañoso o pernicioso (tal como había sucedido en la tradición racionalista inaugurada por Platón, para quien «el cuerpo es la cárcel del alma», y continuada por la moral judeo-cristiana, según la cual el cuerpo es una de las principales fuentes del pecado), Spinoza pensó que el cuerpo (sede de las emociones) es creado a partir de la misma sustancia infinita que la mente o el alma: «Cuerpo y alma son uno y la misma cosa».

La filosofía spinoziana es al mismo tiempo racionalista y emotivista, porque concibe la naturaleza humana como un continuo en que razón y emoción se combinan y complementan. El cuerpo (emociones) y el alma (razón) representan las dos caras de la misma moneda. Esto, que hoy puede parecer obvio a muchas personas, fue una idea realmente provocadora para la época en que vivió Spinoza. Los afectos (que es el nombre que Spinoza dio a las emociones) no pueden cegar o limitar la razón, ya que ambos provienen de la misma sustancia, que es Dios. El problema es que la razón no siempre se hace una idea adecuada o correcta de las emociones experimentadas, y por eso Spinoza propone no reprimir los afectos, sino comprenderlos. De aquí la célebre expresión que Gilles Deleuze le adjudica a Spinoza «Para moralizar basta con no comprender».

Tener *ideas adecuadas* de nuestras emociones, como el odio, el miedo o el amor, significa conocer las causas por las cuales estos afectos se

suscitan en nosotros. No se trata, por ejemplo, de reprimir o denigrar el odio, sino de comprender su sentido y, con el uso de la razón, conducirlo de forma tal que nos ayude a vivir mejor en lugar de destruirnos. De hecho, las emociones o los afectos son la fuerza, la potencia que nos mueve a actuar. Sin ellos, nuestra razón se vería desprovista de motivos para pensar, tomar decisiones y actuar.

Spinoza creía que para no ser esclavos de nuestras emociones (como en el caso de los miedos irracionales o el amor enfermizo) debemos buscar comprenderlas, para saber cuál es su causa y tener una idea adecuada de ellas. Porque cuando nuestra razón entiende el porqué de una emoción que nos invade, entonces puede conducirla por el camino que considera más propicio o beneficioso: el que aumenta la potencia de obrar en nuestro cuerpo alimentando nuestro amor a la vida.

En el pensamiento de Spinoza, lo que distingue al sabio del ignorante es el grado de flexibilidad intelectual para poder cambiar el punto de vista. El ignorante es conducido por el miedo y el odio irreflexivos, que disminuyen su potencia y amor a la vida. El sabio, en cambio, procura comprender los «afectos tristes», para evitar ser esclavizado por la pasión y arrastrado a una vida de malestar y resentimiento. Esta idea acerca de la naturaleza de la sabiduría es bien interesante, porque cuestiona el paradigma típico del sabio como poseedor de conocimientos teóricos acerca de todo, con una respuesta acertada para todas las preguntas. Spinoza, por el contrario, considera sabio a quien puede cambiar su forma de pensar y valorar las cosas prestando la debida atención a sus emociones para saber qué significan —por qué está sintiendo lo que está sintiendo— y promover una comunión entre pensamiento y afectos. Podríamos decir que la concepción spinoziana del sabio se conecta con lo que hoy conocemos como *plasticidad neuronal* o la capacidad que tiene el cerebro para modificarse con el aprendizaje. Así, sabio es quien goza de la suficiente plasticidad neuronal como para poder cambiar su pensamiento o perspectiva a medida que va comprendiéndose, cada vez más y mejor, a sí mismo y al mundo que lo rodea. Todo esto me conduce a una idea que planeta Harari en su libro *21 lecciones para el siglo xxi*: de cara a la pregunta de cuáles serán las habilidades que los humanos necesitaremos para poder desenvolvernos en un mundo con

transformaciones cada vez más profundas y aceleradas, este autor afirma que la diferencia entre los que podrán vivir exitosamente y los que no radicará en su capacidad para adaptarse al cambio y reinventarse. «Para sobrevivir y prosperar en semejante mundo necesitaremos muchísima flexibilidad mental y grandes reservas de equilibrio emocional. Tendremos que desprendernos de manera repetida de algo de lo que mejor conocemos, y sentirnos cómodos con lo desconocido».[53] Estas mismas cualidades son las que Spinoza concebía como síntoma de sabiduría en una persona, pero varios siglos antes que Harari. No hay duda: Spinoza fue un verdadero adelantado.

Algunos dicen que, de todos los filósofos, Spinoza fue, por lejos, el más racionalista. Y es probable que así sea, porque si algo lo caracterizó como pensador fue una pasión ardorosa e irrefrenable, no tanto por la filosofía en sí, sino por la necesidad de entender la razón de ser de todas las cosas. Lejos de encontrarse en una «torre de marfil» buscando la piedra filosofal, Spinoza experimentó —en cuerpo y alma — la conmoción provocada por el deseo de *comprender*. No en vano no aceptó renunciar a sus ideas como condición para no ser excomulgado de su comunidad y tener que vivir el resto de su vida en exclusión y soledad. Es que, para Spinoza, solo somos genuinamente libres cuando nos valemos de la razón para comprender el porqué de las cosas.

Su apuesta a la razón como forma de descubrir la verdad y conquistar la auténtica libertad hace de Spinoza un modelo claro y fiel de lo que significa ser movido por una «razón apasionada». Así, en la figura y el pensamiento de Spinoza podemos encontrar la refutación más brillante y convincente del dilema que hace de la emoción y la razón cualidades opuestas o excluyentes.

LA RAZÓN APASIONADA

Debo reconocer que la extendida popularidad del falso dilema razón-emoción me genera bastante molestia. No solo por el hecho de que se trata de un argumento falaz, que empobrece la calidad del saber en general. Lo que más me incomoda es que, aparte de falsa, esta oposición es una llama que enciende las posturas y las actitudes más intransigentes y dogmáticas. Porque cuando concebimos la razón y la

emoción como fenómenos excluyentes (o, dicho de otra forma, como incapaces de coexistir en una misma actitud, decisión o acción), entonces la emoción irreflexiva (que suele tildarse de «espontánea» para conferirle un tinte más benevolente y positivo) tiene todas las de ganar. Las emociones no nos exigen nada para manifestarse, y aunque muchas veces pueden ser bien difíciles de sobrellevar (como cuando sentimos tristeza, dolor, odio o rabia), tienen el poder de conducirnos sin exigirnos poner a prueba nuestro «pienso» ni nuestra fuerza de voluntad. Por otra parte, las emociones tienen «muy buena prensa», por ser naturales, espontáneas, y cuando actuamos conforme a ellas podemos justificarnos o escudarnos detrás de esas cualidades socialmente valoradas: «Lo hice porque lo sentí, por lo menos fui espontánea… no mentí ni engañé a nadie, solo hice lo que mi corazón "me dijo" que hiciera…». Pero esta es una excusa tan superflua como absurda. Como en la cita de Pascal referida al principio de este capítulo, el corazón efectivamente posee sus razones (y con el novel descubrimiento de las neuronas en el corazón la afirmación de Pascal está, hoy, científicamente confirmada), y no les hacemos justicia alguna si no nos esforzamos por reconocerlas y comprenderlas. Dejar fluir las emociones en forma irreflexiva es mucho más fácil, claro. Pero su verdadero cometido o propósito no es únicamente ser experimentadas y exteriorizadas sin más. Las emociones no son solamente un motor poderoso que nos impulsa, sino también —como enseñó Spinoza— una valiosísima señal que nuestro pensamiento o razón debe observar y descifrar con el objetivo de conocernos más y mejor, a nosotros mismos y también a la realidad. Solo así seremos realmente capaces de tomar las decisiones más sabias y comprensivas y de hacer uso de nuestra voluntad para actuar en conformidad con estas. Por eso, insisto, las emociones y el pensamiento, lejos de excluirse, deben bailar el vals. Existen muchas personas en las que esta comunión entre razón y pasión se encuentra manifiestamente encarnada. Filósofos, científicos, artistas, pero también personas que llevan vidas más anónimas o desapercibidas. Ellas representan para mí modelos de la actitud que siempre procuro adoptar, tanto en mi vida personal como en la profesional: la de una existencia inspirada y motivada por la razón apasionada. Porque, créanme, hay un placer en

la filosofía…

En este sentido, coincido plenamente con Hegel cuando afirmó que sin pasión nada grandioso se podría hacer en el mundo. Claro, Hegel era filósofo, y lo que quiso decir es que para dar sentido o conocer el mundo racionalmente es necesario el ímpetu apasionado que inspira y conduce a la razón. En todo gran pensador existe no solo una confianza puesta en la razón como herramienta para explicar el mundo, sino también una pasión profunda y enérgica que, como en la metáfora del elástico, ejercita nuestro pensamiento crítico para hacerlo más y más flexible. Solo una razón flexible es capaz de aprehender, integrar y comprender la realidad en toda su inmensidad. La razón fría y desapasionada no puede hacer jamás a un gran pensador, porque para pensar lo complejo (¡y si será complejo el mundo y, más aún, nosotros los humanos!) la razón debe ser lo suficientemente flexible como para poder reconocer las múltiples facetas (diversas, dispares, contradictorias) que posee la realidad. Y así, la razón misma, llevada al máximum de su potencial, quizá nos revele que lo que buscamos es, al final, tan inexplicable como el sol que contempla el filósofo en la alegoría de la caverna de Platón o como «el inconcebible universo» del aleph en el magnífico cuento de Jorge Luis Borges.

42 Stendhal es el seudónimo utilizado por Henry Beyle, escritor francés de principios del siglo XIX, autor de novelas como *La cartuja de Parma* y *Rojo y negro*.

43 Deleuze, G. (2008), *En medio de Spinoza*, Buenos Aires, Editorial Cactus.

44 Dante, A. (2016), *Divina comedia*, México DF, Editorial Océano.

45 No Te Va Gustar (2010), «Los indiferentes», en *Por lo menos hoy*, Montevideo, Sony Music.

46 Uno de los líderes fundadores de la banda de rock uruguaya No Te Va Gustar.

47 Orlowski, J. (2020), *El dilema social*, Netflix.

48 Nietzsche, F. (2003), *Así habló Zaratustra*, Madrid, Alianza Editorial.

49 Nietzsche, F. (2003), «De los despreciadores del cuerpo», en *Así habló Zaratustra*.

50 Nietzsche, F. (2005), *Ecce homo. Cómo se llega a ser lo que se es*, Madrid,

Alianza Editorial.

51 Vega, Y. (16 de junio de 2015), «Trump: mexicanos traen crimen y drogas y son violadores», CNN.

52 «El príncipe de los filósofos» es un apodo asignado a Baruch Spinoza por el filósofo francés Gilles Deleuze (1925-1995).

53 Harari, Y. N. (2018), *21 lecciones para el siglo XXI*, Barcelona, Debate.

La libertad

La libertad, Sancho, es uno
de los más preciosos dones
que a los hombres dieron
los cielos; con ella no
pueden igualarse los
tesoros que encierran la
tierra y el mar: por la
libertad, así como por la
honra, se puede y debe
aventurar la vida.
MIGUEL DE CERVANTES,
DON QUIJOTE DE LA
MANCHA

¿Quién no quiere ser libre? Difícil que alguien levante la mano de cara a esta pregunta. La libertad, como afirma Don Quijote en el epígrafe, es sin duda uno de los bienes más preciados para los seres humanos. Muchos, muchísimos sacrificios se han hecho para conquistarla y casi nadie diría que es en vano sacrificarse y pelear por ella.

La libertad es un tema que nos implica y convoca a todos, y por eso nos interesa tanto. Desde que el hombre comenzó a hacerse preguntas y hasta el día de hoy, la pregunta por la libertad continúa teniendo vigencia. Pero el problema de la libertad es especialmente intrincado, con múltiples facetas y sentidos. Porque no es lo mismo indagar en el deseo o la voluntad de libertad que preguntarse qué significa ser libre. Para esta última pregunta no existe una respuesta única, que quepa en una explicación concluyente o en una definición acabada de diccionario.

A veces se presume que ser libre significa «hacer lo que a uno le da la gana», pero basta con pensarlo un poco para darse cuenta de que la libertad humana es muchísimo más compleja que esto. Pues hacer lo que a uno le da la gana implica desestimar nuestra naturaleza racional y social, gracias a la cual somos animales que nos proyectamos a futuro (sopesando las posibles consecuencias de nuestras decisiones y acciones) y nos vinculamos afectivamente con otros seres significativos, a los cuales tenemos en cuenta a la hora de tomar decisiones y actuar. Es cierto que existen personas que son más proclives a hacer lo que les da la gana, pero definir la libertad en esos términos revela una concepción claramente restringida de nuestra naturaleza humana. Como vimos en el capítulo sobre el deseo, no somos animales motivados solamente por el instinto o el impulso ciego e irreflexivo. La búsqueda de placer o bienestar nos exige, muchas veces, la renuncia a la satisfacción de un goce inmediato en pos de la realización de un deseo a largo plazo. El que hace lo que le da la gana es el libertino. Y, ya lo dijo Tolstói: como la borrachera, el libertinaje es el síntoma más patente de la ausencia de libertad.

Podemos, asimismo, pensar la libertad como la ausencia de obstáculos que se interpongan en la satisfacción de nuestra voluntad. En este sentido, si bien el ejercicio de la libertad así entendida puede ser difícil (ya que la realidad está siempre dispuesta a ponernos límites), se presume que los impedimentos provienen del mundo exterior y no de nosotros mismos. Así, cuando nos sentimos insatisfechos con lo que somos o lo que hacemos, miramos para afuera —las circunstancias, los hechos y a las personas que nos rodean— buscando a quien culpar o responsabilizar por nuestra falta de libertad. ¿Cuántas veces nos escudamos detrás de este tipo de razones para justificar nuestro no hacer lo que deseamos o consideramos que deberíamos hacer? «No me gusta mi profesión, pero la elegí porque mis padres no aprobaban que me dedicase a lo que realmente me gustaba»; este es un típico ejemplo, pero hay muchísimos más. Y que tire la primera piedra quien no se ha amparado tras este tipo de excusas para justificar su insatisfacción pasiva respecto de la vida que lleva. Nietzsche diría que este es un gesto *humano, demasiado humano*, pero Sartre definió esta actitud como una forma de autoengaño a la

cual denominó *mala fe*. Sartre creía que los seres humanos (a diferencia de los objetos inanimados y los seres sin autoconsciencia, como los animales no humanos) estamos «condenados a ser libres», esto es, somos libres *siempre*, incluso cuando no lo queremos. Actuar de mala fe significa no querer asumir la libertad que tenemos y que nos fuerza a tomar decisiones todo el tiempo. Aunque mis padres no aprueben lo que yo quiero ser o hacer, yo siempre puedo elegir no satisfacer sus demandas. Los otros, a quien el mismo Sartre comparó con el infierno,[54] siempre tendrán expectativas para conmigo, pero soy yo misma la que elijo si quiero o debo satisfacerlas o no. A fin de cuentas, si seguí el camino que mis padres diseñaron para mí es porque elegí conformarlos a ellos antes que a mí misma. Y debo hacerme cargo de eso. Culpar a mis padres es no solo una forma de autoengaño, sino también una manera de «cosificarme» o no reconocerme como sujeto. Como las cosas que son creadas y manipuladas por la voluntad de otro, me concibo ilusoriamente a mí misma como un objeto a la merced de las circunstancias que me tocaron o a las decisiones que los otros toman por mí.

Sartre fue uno de los filósofos que más reflexionaron sobre este tema, y concluyó que la libertad que tanto creemos desear nos provoca, en el fondo y muy inconscientemente, un profundo temor. Como el título del célebre libro del filósofo y psicoanalista alemán Erich Fromm,[55] los seres humanos tenemos «miedo a la libertad». Esto porque el ejercicio de la libertad supone ser conscientes de la responsabilidad que tenemos sobre las decisiones que tomamos. Lo que nos pesa no es la libertad en sí, sino la responsabilidad que ella conlleva. Nos cuesta hacernos cargo de las consecuencias —nunca cien por ciento previsibles— que nuestras elecciones tendrán sobre nosotros mismos y también sobre los demás. En un discurso pronunciado en París en 1945 y titulado «El existencialismo es un humanismo»,[56] Sartre afirmó que «cuando decimos que el hombre se elige, entendemos que cada uno se elige, pero también queremos decir con esto que, al elegirse, elige a todos los hombres. En efecto, no hay ninguno de nuestros actos que, al crear al hombre que queremos ser, no cree al mismo tiempo una imagen del hombre tal como consideramos que debe ser. Elegir esto o aquello es afirmar al mismo

tiempo el valor de lo que elegimos, porque nunca podemos elegir mal; lo que elegimos es siempre el bien, y nada puede ser bueno para nosotros sin serlo para todos». Cuando elegimos estudiar una carrera, casarnos o permanecer solteros, tener hijos o afiliarnos a determinado partido político, más allá de las causas o las circunstancias que nos llevaron a tomar esas decisiones, las elegimos porque creemos que ellas son buenas para nosotros. Sin importar cuáles sean sus consecuencias (que, hay que recordarlo, nunca son completamente predecibles), al momento de elegir lo hacemos creyendo que es la mejor de todas las posibilidades que tenemos en ese momento. No elegimos a sabiendas lo que consideramos malo o peor, simplemente porque este sería un gesto absurdo en una persona que decide a consciencia. Y entonces, nuestras elecciones (a través de las cuales vamos creando nuestro ser o lo que somos) son manifestaciones de nuestro sentido del «deber ser». En otras palabras, nuestras elecciones son siempre éticas, ya que reflejan lo que consideramos bueno para nosotros mismos y para los demás también. Por ejemplo, sería absurdo que yo aconsejara a alguien que no se dedique a la docencia, a la filosofía o a la psicología clínica cuando yo me dedico a todo eso. Es muy probable que la persona a la cual le doy este consejo me señale la contradicción: sería como ir a la heladería y pedir un helado de frutilla a la crema y, mientras lo saboreo, aconsejarle a otro que no elija el mismo helado que yo. Suena claramente paradójico, ¿no? Quizá, para justificarme yo podría replicar que en realidad no me gusta ser docente, filósofa o psicóloga clínica, y que me dedico a eso por alguna razón ajena a mi voluntad. O que estoy eligiendo el helado de frutilla porque a mis hijos les gusta ese sabor.

Sí, Sartre tiene bastante razón cuando señala que esta actitud es una forma de autoengaño, de evasión de la responsabilidad que me toca por estar eligiendo el helado que voy a tomar y la profesión que ejerzo. Pero también es cierto que no es fácil reconocernos responsables de las decisiones que tomamos. La responsabilidad es, a veces, una carga demasiado pesada.

LA RESPONSABILIDAD:¿UNA CARGA O UN HACERSE CARGO?

Pero puede pasar también que elijo tomar un helado de frutilla a la crema porque en la heladería no hay de dulce de leche, que es el helado que más me gusta. Y entonces, si alguien me pregunta cuál es el helado más rico yo le digo que para mí es el de dulce de leche. Y en ese caso, con el helado de frutilla en la mano, tendría razones bien válidas para explicar por qué no estoy tomando uno de dulce de leche: sencillamente no estaba dentro de mi rango de posibilidades.

Porque las decisiones (como elegir el sabor que más me apetece) las tomamos a partir de un abanico a veces más y otras veces menos, pero siempre limitado de posibilidades. La ausencia total de límites o condiciones es una quimera, y aunque existen modos de concebir la libertad como ausencia de límites, su apuesta es a procurar la menor cantidad de obstáculos, pero nunca su abolición total. El ejercicio de la libertad es posible siempre y cuando se dé dentro de un marco determinado. Siguiendo con el ejemplo de la heladería, el dulce de leche estaba fuera del abanico de las posibilidades entre las cuales yo debía elegir el sabor de mi helado.

Por eso, si bien para Sartre el hombre «no es otra cosa que lo que hace de sí mismo», el hacernos a nosotros mismos siempre se encuentra condicionado dentro de un abanico limitado de posibilidades. Así, el padre del existencialismo francés define el ejercicio de la libertad como «lo que hacemos con lo que hicieron de nosotros». Esta es una afirmación realmente contundente, porque establece una relación entre la libertad y la dependencia humanas. Desde que nacemos, existen alrededor de nosotros otras personas que nos influyen y afectan: nos enseñan una lengua, una cosmovisión que incluye costumbres, ritos, normas y valores morales, ideologías políticas, en fin, una concepción de la realidad y la existencia que ya está prediseñada de antemano. «Somos arrojados al mundo», como afirmó Heidegger, sin dar nuestro permiso ni aprobación. Por eso la infancia es una etapa de suma vulnerabilidad, porque en ese momento de la vida estamos enteramente expuestos y vulnerables a lo que otros, desde personas particulares hasta la cultura en el sentido más general, nos «hacen». Nadie eligió dónde ni cuándo nacer, pero esos dónde y cuándo sin duda nos condicionan. No es lo mismo nacer en el año 2020 en Uruguay en el seno de una familia de clase media, con madre

y padre profesionales, que trabajan y gozan de bienestar económico, que nacer en el mismo país y la misma época pero en un asentamiento, como hijo de una madre adolescente y soltera, que no terminó de cursar la escuela porque debió salir a trabajar para colaborar con el litro de leche o la polenta. Tampoco es lo mismo nacer en la misma época pero en lugares y culturas disímiles, como pueden ser la uruguaya, la congoleña, la hindú, la sueca o la china. Incluso hay diferencias si comparamos dos personas nacidas en el seno de una misma familia y en el mismo lugar, pero con sesenta años de diferencia. Pero tampoco necesitamos ejemplos tan disímiles y distantes para comprobar el efecto que tiene en nosotros lo que «nos toca»: entre hermanos, hijos de los mismos padres y educados de la misma manera, siempre existen diferencias. Porque lo que la coyuntura, las experiencias y los otros «nos hacen» no depende solamente de los hechos o las personas particulares que nos influyen, sino también de cómo afectan o impactan todos ellos en cada uno, según la circunstancia, el temperamento, la condición o las necesidades personales. Es innegable que la fortuna (pero no en el sentido de algo beneficioso o positivo, sino de lo que nos sucede más allá de nuestra decisión o voluntad), que los antiguos griegos denominaban *tyché*, ejerce una influencia realmente significativa sobre nosotros. Y así, la confluencia de la fortuna (que nos hace dependientes y vulnerables) y la autonomía (mediante la cual podemos elegir qué hacer frente a lo inevitable) en nuestras vidas ha sido desde siempre uno de los grandes temas vinculados a la pregunta por el sentido de la vida.

Como explicamos anteriormente, Kant creía que la capacidad de pensar por uno mismo es algo que se adquiere cuando superamos *la minoría de edad*. Si bien en su ensayo[57] Kant usa esta expresión para referirse a la renuencia general de las personas a pensar por sí mismas, *minoría de edad* refiere, literalmente, a la incapacidad cognitiva, emocional, biológica y psicológica para la autodeterminación, esto es, para tomar decisiones conscientes y libres. La minoría de edad define a la infancia, cuando somos como esponjas que absorben las impresiones provenientes del entorno, a partir de las cuales se empieza a esculpir lo que seremos más adelante. Siendo niños, carecemos aún de las

herramientas necesarias para «meter las manos en la masa» (esto es, para esculpirnos a nosotros mismos); esta capacidad se materializa, precisamente, cuando abandonamos la minoría de edad.

LOS LÍMITES Y LA LIBERTAD

La minoría de edad (no en el sentido kantiano sino en el literal) es una noción bien importante, y no solo para los psicólogos. Porque alude a la imposibilidad de «hacerse cargo» o asumir la responsabilidad por lo que uno hace. El menor de edad no elige (simplemente porque no puede, al carecer de las herramientas necesarias para hacerlo) y, por ende, no es responsable. Y entonces la pregunta es cuándo una persona ya está capacitada para hacerse cargo de sus decisiones y acciones. Esto es algo que está en el corazón mismo de los debates referentes a la baja de la edad de imputabilidad, tan debatida actualmente. Y la respuesta es bien variada, porque mientras en algunos países, como por ejemplo Trinidad y Tobago, la edad mínima de imputabilidad es a los siete años, en Uruguay es a los trece y en Cuba a los dieciséis.[58] El problema es que no existe un signo explícito del abandono de la minoría de edad: cada persona es diferente y la madurez emocional, cognitiva y psicológica varía de individuo a individuo. Esto da pie a que en ciertos países o culturas se considere que un niño de siete años es, por lo general, consciente del alcance de sus actos, mientras que en otros se piensa que esto no es posible hasta no haber cumplido dieciséis años. De todas formas, y lamentablemente, lo cierto es que los debates de la baja de la edad de imputabilidad giran más en torno a intereses sociales, económicos y políticos que a evidencias psicológicas. Esto fue especialmente notorio cuando se discutió este tema en el plebiscito llevado a cabo en 2014 en Uruguay. Las razones y los argumentos psicológicos brillaron por su ausencia (al menos en la esfera pública), en medio de un debate cargado de motivaciones y preocupaciones referentes al problema de la inseguridad generada por los actos delictivos. No cabe duda de que este es un debate muy complejo, pero no puede llevarse a cabo sensata y coherentemente si no observamos las condiciones que requiere el poder hacerse cargo o responsable de lo que uno hace. Esto, porque ninguna pena ni castigo

es justificable sin la prueba de que la persona que cometió el delito posee la capacidad para hacerse cargo de lo que hizo. No hay responsabilidad sin libertad, y viceversa. Sí, el ejercicio de la libertad no está exento de límites, y la madurez intelectual y emocional es uno de ellos.

Pero con el abandono de la minoría de edad no desaparecen todos los obstáculos que encuentra nuestra voluntad en el ejercicio de su libre albedrío. Aunque seamos adultos con la capacidad de hacernos cargo de las decisiones que tomamos, a veces no podemos elegir o actuar conforme a lo que deseamos o consideramos más apropiado. El abanico de posibilidades es siempre limitado, y aunque suene raro, no seríamos libres si nuestras decisiones no estuviesen constreñidas dentro de un marco que pone coto a nuestro espectro de posibilidades. Aunque los límites tengan muy mala prensa, ellos son una condición *sine qua non* para el ejercicio de la libertad. Esto es algo que nos cuesta entender y es un tema bastante difícil de manejar para muchos padres en la educación de sus hijos. Poner límites es muchas veces concebido como una coerción de la libertad que nuestros hijos deben gozar para poder expresarse y descubrirse a sí mismos. Y hay algo de cierto en esto, pero no es del todo así…

Ya en el siglo IV a. C. Platón pensaba que para que los niños pudieran descubrir su propia vocación (o, mejor dicho, para que los maestros pudieran observar sus dones o inclinaciones naturales) había que dejarlos jugar durante los primeros años en la escuela. Platón creía que no se debería forzar a los niños a permanecer sentados y quietos en un aula prestando atención a una maestra, sino que había que dejarlos expresarse libremente a través del juego, para que pudieran manifestar y descubrir sus inclinaciones e intereses propios. A juicio de Platón, lo justo es que cada individuo tenga la posibilidad de desarrollar su potencial natural, para después desempeñar el rol (entendido como profesión, ocupación o labor) más afín a su naturaleza dentro de la sociedad. Pero la libertad de la que gozaban los niños en la escuela de *La República* de Platón no era un mero «hago lo que quiero», sino que era monitoreada por los filósofos-maestros que, a través de la observación, discernían las aptitudes de los niños para guiarlos en el proceso de autoconocimiento y desarrollo de su

potencial natural. Esto tiene su lógica, porque aunque en la época en que Platón pensó y escribió su obra no existía aún la psicología, hoy sabemos que los niños no poseen las herramientas para tomar decisiones conscientes y libres, y presumir que sí pueden hacerlo es como pensar que una persona con déficit pulmonar puede correr una maratón sin ningún tipo de dificultad.

Los límites son fundamentales, y el niño que no los recibe se siente inseguro y falto de contención. Porque los límites, como el abrazo, ofrecen contención a quien los recibe. En ese sentido, podemos decir que los límites bien puestos son una expresión de amor y atención. Respecto de este tema existe mucha literatura, especialmente dentro de la psicología, pero desde la filosofía resulta muy interesante el análisis de la importancia de los límites para el ejercicio de la libertad que hace Charles Taylor, filósofo canadiense y profesor de estudios religiosos en la Universidad McGill, en Montreal. En su libro *La ética de la autenticidad*,[59] Taylor plantea que todos los seres humanos necesitamos ciertos «horizontes ineludibles» que ordenen nuestra realidad. Estos horizontes son «fondos de inteligibilidad» o marcos dentro de los cuales se define lo que es significativo o valioso dentro de una determinada cultura o comunidad. Estos horizontes, o los valores de acuerdo con los cuales juzgamos, decidimos y actuamos, son determinados por la cultura, y nos son transmitidos por lo que George Herbert Mead[60] denominó *los otros significativos* (que serían los que, en la definición de Sartre, «nos hacen»). Taylor plantea la relevancia de estos horizontes de significado para la búsqueda de una existencia auténtica o autónomamente elegida, en contraposición con una concepción de la libertad como ausencia de límites (o significados). Taylor argumenta que el acto de elegir supone, de por sí, el otorgamiento de un mayor sentido o valor a ciertas opciones, en relación con otras que también se encuentran dentro del espectro de posibilidades que tenemos a la hora de decidir. Como cuando voy a la heladería y elijo el helado que quiero tomar: si elijo frutilla a la crema es porque en ese momento me apetece más que el de chocolate. Si consideramos que nada tiene más valor o sentido porque «todo es igualmente válido o bueno», entonces no estamos eligiendo (en el más genuino sentido del concepto). Sería como elegir el sabor de mi helado

haciendo «ta-te-ti» porque, total, todos son igualmente sabrosos y entonces da lo mismo chocolate, dulce de leche, frutilla o sambayón. Esto me recuerda el cuento de Borges «El inmortal», que vimos en el capítulo sobre el deseo: cuando todo nos es indiferente (cuando las cosas no tienen valor ni sentido, ya sea el sabor de un helado, una profesión o una persona), todo da lo mismo, y entonces, ¿para qué tomarse el trabajo de reflexionar y elegir? Como en los sorteos, basta con meter la mano en la bolsa y sacar un número al azar.

Los horizontes de significado son el marco dentro del cual una comunidad establece los diferentes valores que definen su cosmovisión. Dichos horizontes son decididos y establecidos por medio de consensos culturales y sociales que, a su vez, hacen posible la coexistencia social y el entendimiento fundados en creencias y valores compartidos. Estos horizontes habilitan la formación de vínculos sociales que, a su vez, nos permiten «ser parte» de un determinado grupo o comunidad con la cual nos sentimos identificados. Y su carácter ineludible tiene que ver, precisamente, con eso, porque, al posibilitar la satisfacción de nuestra naturaleza social, ellos marcan los límites de ese espacio (que podríamos llamar *morada* y *hogar*) que compartimos con los «otros significativos» y, a su vez, nos donan las herramientas que necesitamos para, una vez superada la minoría de edad, no vernos condicionados por las guías y los límites impuestos y poder, así, elegir en libertad.

Pero también es cierto que los límites (ya sea bajo la forma de creencias y valores impuestos o como obstáculos que la realidad misma nos impone) son una fuente de frustración y malestar. Tanto la cultura como la realidad en sí nos fuerzan a lidiar con un malestar inevitable, que debemos aprender a tolerar para no sucumbir a una existencia desesperanzada y malograda.

LA TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN Y LA LIBERTAD

La tolerancia a la frustración es uno de los aprendizajes más difíciles para el ser humano. Porque implica aprender a sobrellevar la imposibilidad de satisfacer el deseo que motivó la decisión o el comportamiento que se ve frustrado: ya venía saboreando el helado de

dulce de leche con mi imaginación mientras iba camino a la heladería y ahora debo tolerar el hecho de encontrarme con que no tienen el sabor que deseaba y que me condujo a la heladería en primer lugar. Y entonces me quedan dos opciones: enojarme y volver a mi casa de mal talante (y sin haber tomado ningún helado) o sobrellevar la frustración y elegir otro sabor entre los disponibles en la heladería en ese momento. La tolerancia a la frustración es la base de una virtud muy popular en estos días: la resiliencia. Las personas resilientes poseen una mayor capacidad para adaptarse a las diferentes circunstancias, especialmente a aquellas que les generan malestar o insatisfacción, y por eso son más proclives a sentirse satisfechas, porque su bienestar depende más de su actitud que de las condiciones circunstanciales.

Como señalamos anteriormente, en las *21 lecciones para el siglo xxi*[61] Harari sostiene que la capacidad de reinvención será una de las habilidades más importantes para poder adaptarse a los cambios que ocurrirán en forma vertiginosa y constante a partir del año 2050. Y esta habilidad depende, justamente, de la capacidad para tolerar la frustración. Porque todo cambio nos arranca de nuestra zona de confort, dentro de la cual nos desenvolvemos con relativa facilidad y seguridad. Dentro de la zona de confort podemos sentir que tenemos el control, porque nos encontramos dentro de un mundo conocido y, por ende, predecible. Sabemos cuáles son las normas y las condiciones que guían nuestro comportamiento y damos por sentado que los otros con quienes coexistimos comparten esos mismos valores y pautas. Pero el cambio es como un terremoto que provoca grietas en el horizonte de la zona de confort e impone condiciones nuevas y desconocidas a las que debemos adaptarnos para poder sobrevivir.

Y aunque el 2050 está a la vuelta de la esquina, no es necesario proyectarse treinta años para constatar la relevancia que la tolerancia a la frustración tiene en la calidad de vida de los seres humanos. Porque cuando podemos tolerar la imposibilidad de satisfacer todos nuestros deseos estamos, aunque no sea en forma explícita ni consciente, reconociendo lo necesarios que son los límites para el ejercicio de la libertad. Este reconocimiento no refiere solamente a la realidad externa (el mundo y las demás personas que ponen coto a nuestros deseos), sino también a nuestras propias limitaciones, que a

veces también dificultan —y hasta imposibilitan— la concreción de nuestros proyectos o deseos. El reconocimiento de nuestros propios límites deriva del conocimiento de nosotros mismos, tanto a nivel personal como de la naturaleza humana en general. Nada más frustrante que pretender que todo se adapte a nuestra voluntad y que nuestros deseos sean siempre satisfechos. Esto es sencillamente imposible. Y cuanta más consciencia tengamos de nuestra naturaleza imperfecta, vulnerable y dependiente, menos víctimas seremos de nuestras debilidades y de los límites que la realidad siempre nos impone. Todo esto conecta con la frase de Sartre que mencionamos antes: lo que hacemos libre y conscientemente comprende siempre las condiciones impuestas por los otros, por la realidad y, también, por nuestras propias limitaciones. Si puedo reconocer que no poseo el talento para la física y las matemáticas de Stephen Hawking, entonces no me sentiré frustrada por no alcanzar su celebridad y reconocimiento. Porque lo que «nos hacen» (en la definición de libertad que ofrece Sartre) no refiere solo a los límites que nos impone la cultura, la circunstancia o los otros, sino también a las fortalezas y las debilidades que traemos con nosotros en forma innata y que, por ende, tampoco elegimos.

La existencia de límites y condiciones conduce a algunos a creer que la libertad es una ilusión, ya que los seres humanos nos encontramos siempre condicionados o determinados por distintas circunstancias (materiales, sociales, genéticas, culturales, biológicas, etcétera) que impiden el ejercicio del libre albedrío. Una postura contundente en este sentido es la de Richard Dawkins en su libro *El gen egoísta*:[62] «Somos máquinas de supervivencia, vehículos autómatas programados a ciegas con el fin de preservar las egoístas moléculas conocidas con el nombre de *genes*». Dawkins cree que son nuestros genes los que nos determinan, pero también están Karl Marx (quien creía que estamos determinados por las relaciones sociales del contexto histórico) y John Watson (padre de la teoría conductista en psicología, según la cual estamos condicionados por las conductas o las respuestas aprendidas a lo largo de la vida). Como Dawkins, Watson creía que somos máquinas «programadas» (aunque no del todo a ciegas) para adaptarnos a las condiciones impuestas por la cultura.

Si para Sartre somos el resultado de las decisiones libres que tomamos a lo largo de la vida, para otros, como Watson, Marx o Dawkins, somos lo que la crianza, las condiciones materiales y los genes hacen de nosotros.

En medio de este debate respecto de cuán determinados o libres somos, un psiquiatra, neurólogo y filósofo austríaco, Viktor Frankl, da testimonio de su experiencia como sobreviviente de un campo de concentración en su célebre libro *El hombre en busca de sentido*:[63] «Los que estuvimos en campos de concentración recordamos a los hombres que iban de barracón en barracón consolando a los demás, dándoles el último trozo de pan que les quedaba. Puede que fueran pocos en número, pero ofrecían pruebas suficientes de que al hombre se le puede arrebatar todo salvo una cosa: la última de las libertades humanas —la elección de la actitud personal ante un conjunto de circunstancias— para decidir su propio camino».

Así, si bien es innegable que son muchos los límites y las condiciones que se imponen al ejercicio del libre albedrío y a nuestra capacidad para tomar decisiones conscientes y actuar conforme a ellas, a título personal coincido con Sartre y Frankl. En primer lugar porque pienso que, siempre y cuando poseamos las herramientas que nos habilitan a abandonar la minoría de edad para pensar y actuar en forma autónoma, los seres humanos siempre podemos decidir qué actitud o comportamiento adoptar frente a las circunstancias, las personas y los hechos que nos condicionan. El espectro de posibilidades para elegir es variable, es verdad, ya que las oportunidades dependen de cada individuo y sus circunstancias. Pero aunque los límites a nuestras posibilidades de elegir sean ineludibles, esto no significa que siempre sean justos. Porque no es lo mismo no tener la posibilidad de bailar como María Noel Riccetto, viajar a Europa o ganar el Premio Nobel que no poder acceder a medicamentos cuando estamos enfermos, tener la posibilidad de estudiar una carrera o un oficio para asegurarnos una mayor salida laboral, o tener un hogar o un refugio donde sentirnos protegidos. Las diferencias son obvias, y de ellas depende, en última instancia y en gran medida, la posibilidad que cada uno tiene de gozar o no de una vida buena. Porque, si bien es cierto que no existe una relación necesariamente

proporcional entre el espectro de posibilidades y la autenticidad de una vida, hay limitaciones que sentencian a las personas a una existencia aherrojada y signada por la desesperanza. Porque para el ejercicio de la libertad es necesario contar con ciertas herramientas, igual que cuando queremos fijar un clavo a la pared necesitamos un martillo o algún instrumento parecido. Quizá algunos puedan clavarlo con su mano, y es verdad que cada tanto algunos lo logran, pero son casos tan admirables como excepcionales. Porque, seamos sinceros, aunque nos lo propongamos, la gran mayoría de los mortales carecemos de la resiliencia, la fuerza, la voluntad y la oportunidad necesarias para lograrlo.

LIBERTAD POSITIVA Y LIBERTAD NEGATIVA

Hasta ahora nos hemos referido a la libertad en términos subjetivos, que es el sentido que le da Sartre cuando afirma que cada ser humano es lo que hace de sí mismo a través de las decisiones que toma a lo largo de la vida. Sin embargo, la libertad también posee un sentido social y político. La libertad individual y la social están íntimamente vinculadas, ya que la libertad para elegir de cada persona depende de las herramientas que le son suministradas desde su entorno, que está condicionado, a su vez, por el grado de libertad política y social imperante.

La libertad política o social no depende solamente del sistema de gobierno dado, aunque es obvio que mientras las democracias se fundamentan en el valor asignado a la libertad como un bien inalienable, las tiranías se caracterizan por reprimirla y desestimar su relevancia. Etimológicamente, la palabra *democracia* proviene de la conjunción de dos vocablos griegos: *demos* (pueblo) y *krátos* (gobierno), lo que significa que en un sistema democrático el gobierno (o la autoridad para decidir y dirigir el Estado) está en manos de todos los ciudadanos. Esto hace de la democracia un sistema político fundamentado en la observancia y el amparo de las libertades individuales, lo que no sucede en los regímenes aristocráticos y menos aún en los dictatoriales. Sin embargo, no todas las democracias se basan en la misma concepción de la libertad humana.

En su obra *Dos conceptos de libertad*,[64] el politólogo e historiador de las ideas letonés Isaiah Berlin distinguió entre dos tipos de libertad: la positiva y la negativa. La libertad positiva refiere a la libertad de los individuos para autodeterminarse o decidir y actuar conforme a su conciencia y voluntad. La libertad negativa, en cambio, alude a la libertad como ausencia de obstáculos o impedimentos que coarten la voluntad o la posibilidad de actuar de los individuos. Así, la libertad positiva significa «ser libre para» decidir por uno mismo, mientras que la libertad negativa implica encontrarse «libre de» interferencias u obstáculos externos. Por ejemplo, alguien es libre en el sentido de la libertad positiva si puede *decidir por sí mismo* qué es lo bueno para él o ella (ya sea a la hora de elegir una pareja, una profesión, una religión o comprarse un vestido), mientras que es libre en sentido negativo si, mientras no se atente contra los derechos y libertad de los demás, *nada ni nadie le impide llevar a cabo su objetivo* (casarse con la persona que eligió, estudiar la carrera que quiere, profesar la religión que desea y comprarse ese vestido que tanto le gusta).

El concepto de *libertad negativa* es bastante claro, ya que es fácil discernir si algo o alguien obstaculiza o impide la realización de nuestros deseos o proyectos. Aunque sí pueden existir desacuerdos respecto de cuáles obstáculos son o no son admisibles o necesarios y en qué circunstancias. Algunos ejemplos son las deliberaciones sobre los límites del poder del Estado para imponer cargas tributarias sobre los ciudadanos, así como el debate acerca de si es moralmente aceptable que el gobierno de un país europeo prohíba a las niñas musulmanas el uso del hiyab en las escuelas públicas argumentando que esta es una práctica que atenta contra el laicismo, un principio fundamental en dicho país. Un ejemplo más actual aún es la controversia respecto de la potestad de los gobiernos para imponer toques de queda o confinamientos obligatorios para hacer frente a la pandemia de coronavirus. Porque la libertad negativa refiere a la ausencia no de cualquier coerción, sino de las que son injustificables o arbitrarias. De todas formas, la pregunta respecto de qué límites a la libertad individual son justificables o necesarios sigue candente, ya que es muy difícil llegar a una respuesta unánime y consensuada entre tanta diversidad ideológica y cultural.

Por otra parte, en cuanto a la libertad positiva, el asunto es un poco más complejo, porque la posibilidad de autodeterminarse o de perseguir la felicidad según la voluntad propia no posee un significado unívoco. En sentido estricto, este tipo de libertad refiere a la posibilidad del ser humano de elegir aquello que considera mejor para sí mismo. Para esto, la persona debe verse libre no solo de los límites externos o materiales, sino también de los internos o psicológicos, que obstaculizan el ejercicio de la razón para elegir a conciencia. Por ejemplo, se puede argumentar que un drogadicto carece de libertad positiva al no poder optar por abandonar su adicción. Lo mismo alguien que comete actos delictivos en forma reincidente; se presume que esa persona no está pudiendo elegir el bien para sí misma, ya que la comisión de un delito la convierte en alguien merecedor de la reprobación social y el castigo (algo que ningún ser humano voluntaria y conscientemente elegiría). En efecto, la libertad en un sentido positivo la posee no solo quien tiene los medios materiales para concretar su proyecto, sino más fundamentalmente quien puede gobernar sus pasiones e impulsos irracionales mediante el uso de la razón. De esta manera, la «libertad para» hace hincapié, sobre todo, en el decidir y actuar en un sentido moral y ético. El «soberano de sí» de Nietzsche y el «hombre ilustrado» de Kant representan el pleno goce de este tipo de libertad. Ambos son el paradigma del individuo que tiene la capacidad para autogobernarse y elegir en forma libre y responsable, respondiendo a los dictados de su propia conciencia. De todas formas, es muy probable que tanto Kant como Nietzsche los concibieran como ideales a perseguir más que como modelos pasibles de ser concretados cien por ciento. Porque, al fin y al cabo, los seres humanos nos encontramos siempre debatiéndonos entre nuestra condición dependiente y nuestro deseo de autonomía.

Por otra parte, aunque podemos elegir en forma consciente y responsable, siempre existen disensos respecto de qué es lo más correcto o apropiado para un sujeto racional. No es fácil arribar a consensos cuando se trata de dirimir cuestiones referentes a lo moralmente malo o bueno, y entonces, cuando concebimos la libertad en un sentido positivo, esto puede derivar en la coerción de la libertad de aquellos que «optan» por lo considerado indeseable (y, por ende,

pueden llegar a ser juzgados incapaces de ejercer ese tipo de libertad). El caso del drogadicto puede ser un ejemplo bien paradigmático: bajo la presunción de que su comportamiento revela su incapacidad para elegir lo que es bueno para sí, se podría justificar la intervención de otros (ya sea el Estado, sus familiares, amigos o profesionales) con el objetivo de «liberarlo» de la adicción. Y aunque es probable que en casos así la injerencia sea mayoritariamente consentida, esto es más complicado y complejo en otro tipo de situaciones, como puede ser la de alguien que opta por no pagar impuestos basado en la convicción de que no tiene por qué ceder parte de sus ganancias al Estado. En este último caso sí existen disensos, ya que mientras para algunos la carga tributaria representa un bien que vela por la libertad positiva de los menos aventajados, otros piensan que los impuestos representan una coerción arbitraria que viola su libertad negativa.

El problema con la libertad positiva es que, para ejercerla, los individuos deben ser capaces de autogobernarse para poder elegir lo que es bueno según su conciencia. Pero ¿qué significa esto? En su ensayo, Berlin señala que los defensores de la libertad positiva (como es el caso, por ejemplo, del filósofo ginebrino Jean-Jacques Rousseau) hablan de algo así como dos tipos de yoes: el yo inferior, que es irracional e impulsivo, y el yo superior, que es racional y prudente. Y una persona es positivamente libre si su yo superior es el dominante. Pero, si bien esta diferencia es teóricamente sustentable, en la práctica no es tan fácil discernir entre los dos tipos de yoes que nos constituyen. No solo porque ambos interactúan en la conformación de lo que somos, sino también porque lo correcto, justo o bueno nunca es pautado o determinado exclusivamente por la razón. Escindir nuestro yo racional de nuestro yo emocional o impulsivo es una falacia que se mantuvo durante mucho tiempo, pero que ya casi nadie en su sano juicio considera factible o viable. Es por esta razón que los dilemas éticos se mantienen vigentes, generando la misma controversia de siempre. Porque, aunque dos más dos es siempre cuatro (para todos, siempre y en todos lados), seguiremos por los siglos de los siglos debatiendo si el aborto es o no es moralmente aceptable. En nombre de la libertad positiva, muchos autoproclamados conocedores de lo que es bueno o correcto han cometido abusos inexcusables,

imponiendo nociones del bien a los juzgados (la mayoría de las veces arbitraria, falaz e injustamente), incapaces de discernirlo por sí mismos. Los regímenes totalitarios representan ejemplos claros de este tipo de abusos y atropellos.

Respecto de la libertad concebida en un sentido negativo, por el contrario, no importa el carácter moral de la voluntad o el fin elegido por un individuo. Mientras el fin o el propósito del individuo no represente una amenaza a la libertad de otros para perseguir los propios, ¿quién posee la autoridad moral para juzgar el bien o el mal de una elección individual? Nadie. O, mejor dicho, solo quien decide.

De todas maneras, aun cuando parezca que ambas libertades son irreconciliables, esto no es necesariamente así. Porque no basta con verse libre de restricciones a la hora de elegir y llevar a cabo una acción, ya que esto solo no es garantía de que la decisión tomada sea efectivamente libre. ¿Lo que deseamos siempre se condice con lo que realmente queremos? ¿No nos vemos a veces condicionados por la publicidad, la cultura, el miedo al rechazo o la discriminación? ¿Acaso no puede pasar que nuestro propósito responda a la necesidad *humana, demasiado humana* de pertenencia a un grupo, una institución, una nación, un partido político o cualquier otra comunidad? ¿Cómo podemos estar seguros de que nuestra decisión no está basada en creencias irracionales, como por ejemplo que si no poseo determinada cosa o me comporto de cierta manera no seré exitoso y feliz? En una sociedad de consumo, ¿no nos vemos muchas veces alienados por el bombardeo de publicidad y eslóganes que prometen bienestar y felicidad? ¿Basta con verse libre de límites externos para poder elegir en libertad?

No cabe duda de que la libertad negativa es muy importante, pero para poder concebirnos como sujetos realmente libres necesitamos las herramientas que nos permitan superar la minoría de edad (pensemos en un niño cuando dice que «quiere» algo, ¿podemos confiar en que está eligiendo, o se encuentra motivado por el impulso irracional que busca el placer sin juzgar si es bueno o malo para él?). Volviendo al ejemplo de la persona que se propone fijar un clavo en la pared: ¿el hecho de que nadie se lo prohíba es una condición suficiente para afirmar que posee la libertad para hacerlo? ¿O es necesario, además,

tener un martillo? Algunos podrán decir que esa persona podría hacerse de un martillo si su libertad negativa está asegurada, pero ¿podemos prescindir de la colaboración de otros para conseguir todas las herramientas que necesitamos para pensar, elegir y actuar en libertad?

LA PALABRA: UN INSTRUMENTO DE LIBERACIÓN

Hace unos años conocí a un ensayista y editor francés, Jean-Paul Enthoven, quien me contó acerca de un proyecto llevado a cabo en las cárceles de París. Este consistía en ofrecer talleres de lectura a la población carcelaria, en los que leían obras de autores como Cervantes, Flaubert, Stendhal, Shakespeare y Tolstói, entre otros. Luego de recuperar su libertad, se hizo un seguimiento de quienes participaron en los talleres de lectura, observando el índice de reincidencia en comparación con el de personas que no asistieron. Los datos fueron contundentes: el nivel de reincidencia de los exreclusos que participaron en los talleres literarios fue significativamente menor. Estos resultados fueron examinados y evaluados detenidamente, y se llegó a la conclusión de que el factor determinante de las diferencias en la tasa de reincidencia fue la riqueza de vocabulario: los que concurrieron a los talleres poseían una riqueza de vocabulario significativamente mayor que la de quienes no asistieron. La riqueza lingüística es una herramienta clave para la adaptación al entorno social y, muy especialmente, para el manejo de la tolerancia a la frustración que sufre la población carcelaria, que debe lidiar con estigmas y prejuicios al reincorporarse a la sociedad. Es bien sabido que a través de la lectura enriquecemos y aumentamos el repertorio de palabras que, a su vez, nos permiten pensar y expresarnos con mayor facilidad, profundidad y precisión. El lenguaje es el medio a través del cual ponderamos y conocemos el mundo, aparte del medio *par excellence* para expresar lo que pensamos y sentimos. Debido a nuestra naturaleza social, necesitamos comunicarnos con quienes interactuamos o convivimos, y la palabra es el medio más eficaz para expresarnos en forma civilizada. Pero cuando, por alguna razón, nos vemos impedidos de poner en palabras lo que nos pasa, la tendencia es

expresarlo a través de la acción impulsiva, especialmente cuando se trata de una emoción agresiva o violenta. La riqueza de vocabulario adquirida en los talleres literarios fue la herramienta que les facilitó a los exreclusos más oportunidades para expresar sus sentimientos y pensamientos a través de la palabra, liberándose de la necesidad de actuar sus emociones violentas a través de la comisión de actos antisociales o delictivos. Y este es solo un ejemplo de la importancia que tienen los otros (empezando por los que idearon el proyecto, pasando por las personas que lo aprobaron, los organizadores, profesores, y hasta los autores que escribieron los libros estudiados) en la adquisición de las herramientas necesarias para el ejercicio de la libertad.

Sin ir más lejos, aquí en Uruguay, según un artículo publicado por el diario *El Observador*,[65] la entonces presidenta del Instituto Nacional de Inclusión Social Adolescente, Gabriela Fulco, confesó que muchos menores infractores «no son capaces de entender cuando la víctima les suplica "¡por favor, no me mates!"». Y narró que en ocasiones, los jóvenes «no tienen vocabulario o […] su lenguaje es tan escaso que se mueven con apenas diez o veinte palabras, o con sonidos guturales». Fulco responsabilizó al sistema educativo por el abandono y la marginalidad de los menores que, aunque apenas saben escribir su nombre, sin embargo llegan al instituto con la educación primaria completa: «¿Cómo es posible? Ahí te vas para atrás y decís "¿qué está pasando con el sistema educativo?"».

En uno de sus ensayos, titulado *Tratamiento del alma*, Freud reflexiona sobre la importancia de la palabra y afirma que «las palabras de nuestro hablar cotidiano no son otra cosa que unos ensalmos desvaídos». Los ensalmos son conjuntos de oraciones que tienen un efecto curativo, y por eso es tan común la creencia de que cuando podemos hablar acerca de algo que nos molesta, nos duele o nos atormenta, esto nos genera alivio. Al ponerlo en palabras nos lo sacamos de encima, como quien se libera de una carga interna pesada. Sí, las palabras son liberadoras, y cuantas más poseamos en nuestro espectro lingüístico, más amplio es nuestro abanico de posibilidades para elegir.

Las herramientas que necesitamos para poder ejercer la autonomía

no son siempre accesibles sin la colaboración de otros. Nada ni nadie les impedía a los presos de las cárceles de París leer *El conde de Montecristo* o *Don Quijote de la Mancha*, y es factible que algunos quizá lo hayan hecho, pero otros tuvieron esta oportunidad gracias a la iniciativa de otras personas. Confieso que no lo sé a ciencia cierta, pero es probable que el proyecto estuviera financiado (al menos en parte) por el aporte impositivo de aquellos a quienes se les concedieron las herramientas para poder adaptarse a la sociedad, estudiar, trabajar y, así, pagar sus impuestos. Aunque la carga impositiva represente una coerción de la libertad en sentido negativo, cuando los aportes están bien administrados, estos representan un medio para proveer de las herramientas indispensables (o los «horizontes ineludibles» de Taylor) a quienes, sea por los motivos que sea, no tuvieron la posibilidad de recibirlas.

Si la libertad es lo que hacemos con lo que nos hacen, para poder «hacer» (y no devenir esclavos de lo que nos hicieron o nos hacen) necesitamos poseer los recursos necesarios. Y esos recursos fundamentales los adquirimos durante la infancia, cuando todavía no podemos hacer nada con lo que nos hacen. Y así, aunque no todo, gran parte de lo que somos se juega en las herramientas que los otros significativos nos entregan.

LIBERTAD Y SEGURIDAD

Siempre que doy este tema en mis clases de filosofía social y política uso la obra de Pink Floyd *The Wall* como ejemplo ilustrativo. Especialmente la figura de la madre de la canción «Mother» («Madre»), que en la película de Alan Parker al mismo tiempo abraza y asfixia a su hijo —el narrador de la historia— con sus brazos regordetes y pesados. Esta protección y sujeción encarnada en el abrazo de la madre simboliza la compleja e intrincada relación entre la libertad y la seguridad que, en mayor o menor medida, todos los seres humanos necesitamos. En el caso del narrador de la obra *The Wall*, ese abrazo representa una paradoja a la cual se encuentra sujeto. Porque mientras necesita la seguridad de los brazos de su madre, ellos también representan un obstáculo al deseo de superar sus miedos e

inseguridades, para elegir para sí mismo una vida auténtica. El abrazo de la madre es ese muro (*Wall*) dentro del cual Pink (protagonista de la película) se encuentra confortablemente aprisionado, y su dilema es cómo conquistar la libertad para autodeterminarse sin ser paralizado por el miedo a salir de su zona de confort y la angustia de tener que tomar decisiones por sí mismo. Si bien son muchos los temas que trata la obra de Pink Floyd, el del dilema libertad-seguridad es, sin duda, uno de los más significativos.

Estas dos necesidades humanas parecen, en principio, incompatibles o inversamente proporcionales: a mayor libertad, menos seguridad y viceversa. Entre otras cosas, esto es lo que argumentaron los filósofos contractualistas, como Jean-Jacques Rousseau y Thomas Hobbes, cuando explicaron cómo fue la supuesta transición de la vida humana en el estado de naturaleza (sin normas de convivencia) hacia una coexistencia civilizada. En términos generales, la causa que llevó al ser humano a abandonar la libertad gozada en la existencia precivilizada fue la búsqueda de una mayor seguridad frente a la amenaza representada por los demás, que, al no verse sujetos a leyes ni normas de ningún tipo, eran libres para hacer lo que les diera la gana. Por eso Hobbes, para quien el ser humano es naturalmente egoísta y agresivo, imaginó la existencia precivilizada como un estado de guerra permanente, donde «el hombre es el lobo del hombre». Así, hipotéticamente (ya que no podemos saber a ciencia cierta cómo sucedió efectivamente esta transición), esta habría sido la primera vez que las necesidades de libertad y seguridad se vieron en conflicto, forzando a los hombres a buscar el justo equilibrio entre ambas. Y esto es lo que seguimos pensando y buscando hasta el día de hoy. Sin ir más lejos, durante este año de coronavirus, uno de los lemas que identificaron al manejo de la emergencia sanitaria en nuestro país fue el de la «libertad responsable». Mientras escribo este libro, el gobierno uruguayo no ha decretado aún una cuarentena obligatoria o forzada —como sí ha sucedido en otros países—. En Uruguay, las autoridades han apelado y apostado al sentido de «responsabilidad» de los individuos para controlar su deseo de concurrir a eventos o reuniones sociales con el objetivo de cooperar en el control de la pandemia. Lo que se le ha pedido a la gente es que sacrifique el ejercicio de su

libertad, en pos de una mayor seguridad sanitaria para la sociedad en su conjunto.

Por otro lado, mientras veo o leo acerca de las medidas de confinamiento forzoso aplicadas en otros países me viene a la mente una frase de Dwight D. Eisenhower, expresidente de Estados Unidos, quien afirmó que «si quieres seguridad total, ve a la cárcel. Solo te faltará libertad». Y algo de razón hay en la afirmación de Eisenhower, pero no del todo…

Ahora recuerdo que en una columna radial durante la cual reflexionábamos acerca del binomio libertad-seguridad, una oyente contó que una mujer privada de libertad le había confesado que en la cárcel había tenido, por primera vez en su vida, la posibilidad de «pensarse a sí misma». Todo gracias a la seguridad que gozaba estando allí, donde no se veía amenazada por ninguno de los problemas o conflictos que la aquejaban cuando se encontraba fuera de la cárcel.

Para poder pensar y conocernos a nosotros mismos (requisito *sine qua non* para el ejercicio de la autonomía desde los tiempos de Sócrates, pasando por Kant y hasta el día de hoy) debemos contar no solo con las herramientas necesarias para hacerlo, sino también con la seguridad de que podemos detenernos a reflexionar sin que nada ni nadie represente una amenaza contra nuestra integridad. Así, la sensación de seguridad también es una herramienta imprescindible para el ejercicio de la libertad, y, tan paradójica como lamentablemente, la cárcel es el único lugar donde muchas personas encuentran la contención y la seguridad necesarias para dedicarse a pensar.

Siguiendo con la maravillosa metáfora de Nietzsche: para no ahogarnos en el mar de la incertidumbre necesitamos saber nadar, pero también debemos sentirnos confiados en que no seremos devorados por tiburones apenas demos la primera brazada. De esta manera, cuando hablamos de la sensación de seguridad como condición indispensable para el ejercicio de la libertad, esta incluye la confianza no solo en la capacidad para tomar decisiones propias (nadar), sino también en saberse sostenido por brazos que nos brindan la contención necesaria para poder aprender a nadar, o pensar y actuar libremente.

EL ABRAZO COMO SÍMBOLO DEL JUSTO EQUILIBRIO ENTRE LA LIBERTAD Y LA SEGURIDAD

La metáfora del abrazo es maravillosa. No solo porque a través de él sostenemos y somos sostenidos por los otros, sino también porque el abrazo establece los límites de esa zona segura dentro de la cual nos sentimos protegidos.

Los límites son un símbolo de protección, y por eso los contractualistas concibieron las leyes como el recurso por excelencia creado por el hombre para neutralizar la inseguridad padecida en el estado de naturaleza precivilizado. En esta misma línea de razonamiento discurre la teoría psicoanalítica creada por Freud, según la cual «la ley» (encarnada en la figura paterna) se le impone al niño (con una dosis considerable de malestar y sufrimiento) para que pueda adaptarse a la cultura dentro de la cual encontrará la seguridad para desarrollarse y conquistar su propia autonomía. Los horizontes ineludibles de Taylor representan límites, sí, pero al mismo tiempo son el nido —construido por otros— que nos contiene y sostiene para que puedan crecer las alas que necesitamos para volar fuera de él, con el objetivo de construir el propio.

Ciertamente existen diferentes miradas y posturas respecto de cuán firmes deben ser los límites (o la ley) para procurarnos la seguridad que los seres humanos necesitamos. Tanto dentro del ámbito familiar más privado como en la arena política de los asuntos públicos, el manejo de los límites y las normas varía según las concepciones o las filosofías que los caracterizan. Así, existen posturas bien extremistas, como por ejemplo la de Hobbes, quien creía que la única manera de asegurar el orden social era bajo la autoridad de un monarca absoluto que se impone a través del miedo, con el objetivo de controlar los impulsos humanos agresivos y egoístas que amenazan la coexistencia social.

También la de Cicerón, filósofo romano del siglo I, quien proclamó que «para ser libres hay que ser esclavos de la ley». Aunque extremista, la afirmación de Cicerón es especialmente interesante porque contradice la tan común contraposición entre libertad y seguridad. De acuerdo con dicha postura, la libertad es un bien para cuyo goce debemos observar y obedecer la ley a rajatabla.

Evidentemente, esta concepción no está libre de controversias, ya que *ley* es un concepto que puede entrañar los significados y los contenidos más diversos y dispares. ¿Debían los estadounidenses, previo a 1965, obedecer, sin chistar, la ley de segregación racial? ¿Fue Adolf Eichmann —oficial del régimen nazi en Alemania y responsable directo de la eliminación sistemática de la población judía europea durante la Segunda Guerra Mundial— un paladín de la libertad al declarar que tuvo que obedecer «las reglas de la guerra» y de su «bandera»? Respecto del primer caso, el filósofo estadounidense Henry David Thoreau[66] pensó que cuando una ley es inmoral, es nuestro deber moral desobedecerla. Y, entre otros, Rosa Parks[67] actuó conforme a esta máxima cuando en 1955 se negó a cederle el asiento a un hombre blanco mientras viajaba en un autobús en la ciudad de Montgomery, Alabama. En relación con el caso de Eichmann, Hannah Arendt (filósofa alemana nacionalizada estadounidense)[68] concluyó que, aunque los actos del criminal de guerra nazi no eran disculpables, este no era el «monstruo» o «el pozo de maldad» al que refería la mayor parte de la prensa. Aunque sus actos fueron sin duda monstruosos, Eichmann no era un hombre dotado de una especial capacidad para hacer el mal, no. El problema de Eichmann, y la razón por la cual cometió actos de lesa humanidad, era ser un simple burócrata dentro de un sistema basado en actos de exterminio, actuando según las reglas o las leyes que le eran impuestas, sin reflexionar sobre el sentido y las consecuencias de sus actos.

Seguro que Cicerón estaba pensando en leyes buenas o justas cuando enunció su sentencia, pero es claro que ella no debió ser aplicada a rajatabla: la ley es un instrumento fundamental, sí, pero antes de obedecerla, debemos reparar en el valor de las obligaciones que nos impone o demanda. Hay leyes que velan por la libertad y otras que atentan contra ella.

Como todo lo que demanda un equilibrio, el binomio libertad-seguridad nos resulta bien difícil de manejar. No solo a nivel subjetivo o psicológico, sino también a nivel político o público en general. Este último es el que en latín se conoce como *res publica*, y representa el espacio compartido por todos los miembros de un país o una comunidad. Su existencia se debe al hecho de que, como animales

sociales, naturalmente establecemos vínculos con otros con los cuales compartimos valores, costumbres, creencias y hasta rituales, incluso. Todos estos fenómenos compartidos son creados y discutidos en ese espacio dentro del cual todos somos igualmente productores y actores. La *res publica* se contrasta con la *res privata* (la familia y la comunidad religiosa, de amigos, de trabajo son ejemplos de este último espacio, donde convivimos con las personas más allegadas a nosotros), y ambas son igualmente importantes y necesarias para la organización de la sociedad civil.

Sin embargo, la creciente preeminencia de las libertades individuales (o privadas) sobre las libertades sociales (o públicas) en nuestra cultura occidental ha devenido en un significativo olvido del valor y el impacto que tiene el bienestar público sobre el bienestar individual. Para constatar esto basta con dar un paseo por muchos de los barrios de la ciudad para observar cómo las viviendas están cada vez más alambradas y enrejadas, en consonancia con el vertiginoso auge de los «barrios privados», donde la entrada se encuentra restringida a los propietarios y otras personas invitadas o admitidas por ellos.Las veredas y las plazas públicas se encuentran cada vez más abandonadas, mientras los ciudadanos nos ocupamos de tener la mayor libertad y seguridad posibles en nuestros espacios privados. Ciertamente esto no es porque sí nomás, no. El creciente repliegue hacia lo privado es predecible en una cultura centrada en los derechos y las libertades individuales que, inevitablemente, conduce a la desatención y el abandono de los espacios y los bienes que son comunes a todos los miembros de la sociedad. (Entre paréntesis, confieso que a veces pienso en el horror que sentirían los padres de nuestra cultura occidental, como Pericles, Sócrates, Platón o Aristóteles, si vieran la decadencia del *ágora* —palabra con la cual los griegos nombraban la plaza pública o el centro político de una cuidad — en nuestras urbes contemporáneas. «¿De qué progreso hablan cuando dicen que viven mejor que hace 2.500 años cuando nosotros concebíamos las ideas y los valores que hicieron de cuna a su civilización?», los imagino preguntarse. «Que alguien por favor nos explique cómo llegaron a creer que alguien puede tener una vida buena y feliz dentro de una comunidad que no goza de bienestar…

Porque nosotros, de verdad, no podemos pensar en ningún argumento válido»).

El abandono de lo público lleva a su descomposición, y por ende no es extraño que mientras la inseguridad —y la consiguiente restricción de la libertad que esta acarrea— reina en las calles, las personas tiendan a buscar seguridad y libertad recluyéndose en espacios privados. Y así, incurrimos en un círculo vicioso en el que la inseguridad en las calles y las rejas en los hogares no cesan de retroalimentarse.

Mucho más allá de las diversas ideologías políticas persiste el hecho incuestionable de que somos animales políticos o sociales. Esta es una verdad categórica. Y socialistas, capitalistas, libertarios, comunistas y anarquistas, todos estamos igualmente condicionados por nuestra propia naturaleza a depender del bien común para garantizarnos el bienestar individual. Existe una íntima relación entre lo público y lo privado y entre lo individual y lo social, en que una parte es reflejo de la otra y viceversa. Como afirmó Mijaíl Bakunin (filósofo y sociólogo ruso del siglo XIX), «no soy verdaderamente libre más que cuando todos los seres humanos que me rodean, hombres y mujeres, son igualmente libres» y «la libertad ajena amplía mi libertad al infinito». Bakunin fue un revolucionario anarquista, pero ya lo dijimos: a los hechos categóricos «no se les mueve un pelo» frente a la veleidad de las ideologías, siempre incompletas y arbitrarias.

54 Sartre, J. P. (2017), *A puerta cerrada*, Madrid, Editorial Losada.

55 Fromm, E. (2007), *El miedo a la libertad*, Barcelona, Paidós.

56 Sartre, J. P. (1999), *El existencialismo es un humanismo*, Buenos Aires, Editorial Losada.

57 Kant, I. (2005), *¿Qué es la Ilustración?*, Buenos Aires, Terramar Ediciones.

58 Datos a mayo de 2021.

59 Taylor, C. (1994), *La ética de la autenticidad*, Barcelona, Ediciones Paidós.

60 George Herbert Mead (1863-1931) fue un filósofo pragmático estadounidense.

61 Harari, J. N. (2018), *21 lecciones para el siglo XXI*, Madrid, Debate.

62 Dawkins, R. (1985), *El gen egoísta*, Barcelona, Editorial Salvat.

63 Frankl, V. (2015), *El hombre en busca de sentido*, Barcelona, Herder.

64 Berlin, I., (2014), *Dos conceptos de libertad*, Madrid, Alianza Editorial.

65 «Fulco dijo que no tiene esperanzas de lograr la rehabilitación de todos los menores infractores», *El Observador*, 26/7/2018.

66 Thoreau, H. D, (2012), *Desobediencia civil y otros escritos*, Madrid, Alianza Editorial.

67 Rosa Louise Parks (1913-2005), activista afroamericana, figura clave en el movimiento por los derechos civiles en Estados Unidos.

68 Arendt, H. (2019), *Eichmann en Jerusalén o sobre la banalidad del mal*, Buenos Aires, Lumen.

La felicidad

Solo un idiota puede ser
totalmente feliz.
MARIO VARGAS LLOSA

Nunca se me hubiera ocurrido que, de escribir un libro de filosofía, este fuera a incluir un capítulo dedicado a la felicidad. No solo porque coincido con Simone de Beauvoir cuando dijo que, después de la belleza, la felicidad es lo más difícil de explicar, sino también —y más aún— porque me doy cuenta de que la felicidad está tan excesivamente sobrevalorada como superficialmente considerada en la cultura contemporánea. Reconozco que esta discordancia me genera bastante incomodidad, más que nada porque es de por sí absurdo que un asunto tan relevante como el de la felicidad humana sea tratado con tanta liviandad y pobreza reflexiva.

Aunque puedo entender perfectamente el interés que suscita la pregunta de la felicidad (no en vano Aristóteles la concibió como el *Summum Bonum* o Bien Supremo, lo que todos los seres humanos queremos), me inquieta e irrita sensiblemente el desconocimiento o la negativa a reconocer lo difícil y compleja que es su conquista.

Con la felicidad nos sucede lo mismo que a santo Tomás con el tiempo: «¿Qué es, pues, el tiempo? Si nadie me lo pregunta, lo sé; pero si quiero explicárselo al que me lo pregunta, no lo sé». Podemos decir que es un sentimiento, una experiencia, una actitud o una habilidad, pero ninguna de estas definiciones responde a la pregunta más fundamental: ¿qué debo hacer para ser feliz? ¿Debo buscar la felicidad como a un objeto o una experiencia cualquiera? ¿O la felicidad es algo que encuentro mientras estoy buscando otra cosa, como mi vocación, por ejemplo, o pensando qué debo hacer en una situación en la cual

me veo obligada a tomar una decisión engorrosa?

¿DE QUÉ HABLAMOS CUANDO HABLAMOS DE FELICIDAD?

Como santo Tomás con el tiempo, sabemos lo que es la felicidad porque sentimos el bienestar que ella nos proporciona al experimentarla. Sin embargo, seguimos sin saber, a ciencia cierta, cuál es la fórmula infalible para poder garantizarnos la máxima dosis posible de ella. Como conocemos el bienestar que la felicidad nos genera, nos interesa mucho descubrir cuál es el medio más eficaz para conquistarla. A fin de cuentas, somos seres naturalmente condicionados para la búsqueda del placer, pero nadie parece haber venido a este mundo con un manual de instrucciones para satisfacer este propósito tan fundamental.

Si la felicidad es, como pensó Aristóteles, lo más bueno de todo lo bueno que existe, entonces podemos deducir que la búsqueda de la felicidad es lo que alimenta el deseo, y que así, cuando deseamos algo —sea lo que sea—, lo deseamos porque suponemos que su satisfacción nos dará felicidad. Cuando queremos tomar un café con un amigo, comprarnos un auto nuevo, viajar a una isla del Caribe o leer una buena novela, lo deseamos porque creemos, en forma más o menos consciente, que al satisfacer esos deseos nos sentiremos felices. Pero el problema es que esto no siempre es así. Alguien puede estar convencido de que va a ser feliz comprándose un auto nuevo y darse cuenta de que sigue sintiéndose insatisfecho después de tenerlo. O no… La respuesta no está en la experiencia o el objeto deseados, y por eso existen personas que se sienten felices viviendo en medio del bullicio de la ciudad, mientras otras prefieren una vida tranquila en el campo. Y lo mismo con las profesiones y las actividades laborales; algunos son felices siendo abogados, mientras otros lo son dedicándose a la agricultura, la danza, la pesca, la docencia, la medicina o la arquitectura.

Y también —¿por qué no?— podemos sentirnos felices después de comprarnos un auto nuevo, viajando por Europa o estrenando un vestido que nos cautivó desde la vidriera mientras paseábamos por el shopping. Así, lo cierto es que es muy difícil saber si el deseo que nos

motiva a actuar nos conducirá o no por el camino adecuado, porque nuestros deseos son tan humanos como nosotros, y por eso también se equivocan. A diferencia de a Roma, no todos los caminos conducen a la felicidad, pero tampoco existe un itinerario único —el mismo para todos— para llegar a ella. Esto nos da una mayor libertad para elegir qué nos hace felices, pero también nos condena a la incertidumbre y, por ende, a la posibilidad de tomar el camino equivocado en la conquista de nuestro objetivo más preciado.

Por eso Sartre dijo que la felicidad «no es hacer lo que uno quiere, sino querer lo que uno hace»: la felicidad no se halla en la satisfacción de cualquier deseo, sino en el cumplimiento del deseo que uno elige conscientemente. Esta forma de concebir la felicidad resulta pertinente (por no decir necesaria) en nuestra sociedad de consumo contemporánea, en la que nos vemos permanentemente expuestos a estímulos que enardecen nuestros deseos. Así, somos constantemente inducidos a desear un vestido nuevo, un viaje a un lugar que en las fotos de los folletos parece el mismísimo paraíso, un celular último modelo o un robot que se ocupa de cocinar o limpiar la casa, sin garantías de que el esfuerzo por conseguir esos «bienes» valdrá, literalmente, la pena. La felicidad no es como un objeto comercializable cualquiera, ya sea un auto, un reloj o un electrodoméstico: nada ni nadie puede garantizarnos que funcionará adecuadamente por una cantidad determinada de tiempo. De todas formas, lo que sí está a nuestro alcance es pensar y juzgar si eso que deseamos es realmente necesario para maximizar nuestro bienestar. La condición *sine qua non* para querer lo que uno hace (ya sea comprarse un vestido, ejercer una profesión, tomarse un avión a París o practicar un arte) es que lo que hacemos sea *elegido*. Y no todos nuestros deseos siempre lo son.

¡Cómo nos cuesta reconocer nuestra vulnerabilidad! Y ¡cuánta luz arrojaría sobre nuestra conciencia poder reconocer esto! Porque seríamos mucho más conscientes de nuestra tendencia a hacer o actuar en función del impulso, la persuasión, el miedo, la búsqueda del placer inmediato y de los prejuicios, las creencias y los mandatos incorporados en forma inconsciente. Y entonces no sería tan común la falacia que identifica a la felicidad con la satisfacción del mero deseo,

sin importar si fue o no examinado. Pero la propia subsistencia de la sociedad de consumo depende, entre otras cosas, de nuestra resistencia a reconocer que no siempre nuestros deseos coinciden con lo que realmente queremos. Y si acaso podemos, una vez cada tanto, vencer nuestras resistencias para tomar conciencia de lo compleja que es la búsqueda de la felicidad, es muy posible que esa toma de conciencia se vea interrumpida por alguno de los millones de estímulos a los que nos exponen nuestros celulares, televisores y notificaciones de todo tipo y color. A contracorriente de la máxima cartesiana de «pienso, luego existo», la cultura occidental contemporánea se sostiene sobre la fórmula «no pienso, luego consumo, y entonces soy exitoso, productivo y feliz».

¿SER BUENOS O SER PRODUCTIVOS?¿CUÁL ES EL MODELO DE UNA VIDA FELIZ?

Sin embargo, basta con echar una mirada mínimamente objetiva sobre la realidad social contemporánea para constatar que la fórmula consumo-productividad-éxito-felicidad es una mera falacia. Una prueba fehaciente de esto es la popularidad del curso titulado «Mayor felicidad», dictado por el doctor Tal Ben-Shahar en la Universidad de Harvard. En dicho curso, que, aun siendo electivo, atrae a más de 1.400 estudiantes por semestre, se enseñan las pautas para tener una vida feliz. Y una de las fórmulas es la siguiente: «La vida es similar a una empresa. Una empresa tiene ganancias, costos y tendrá utilidades en la medida en que sus ganancias sean mayores a sus costos. En la vida, nuestros costos son nuestros pensamientos y emociones negativos y nuestras ganancias, nuestros pensamientos y emociones positivos».

Allende al carácter controversial de esta concepción «positiva» o «empresarial» de la felicidad (sobre el cual reflexionaremos más adelante), lo que resulta sorprendente y significativo —y, por ende, llama a la reflexión— es el hecho de que este curso sea tan popular en una de las universidades más prestigiosas de Estados Unidos. Porque no sería lo mismo si se tratara de una universidad o un instituto estándar de cualquier país tercermundista, con una mayoría de su alumnado ajeno a las pompas y los brillos de una experiencia

académica de renombre y prestigio. Los postulantes a la Universidad de Harvard, por el contrario, deben evidenciar un rendimiento académico altamente productivo y exitoso para gozar del privilegio de ser admitidos en ella. Sin embargo, más del veinte por ciento parece no haber hallado en ello la felicidad que buscaba.

Este hecho, por más inverosímil que pueda parecernos, no hubiera sorprendido a prácticamente nadie en la Grecia Antigua, cuna de nuestra civilización occidental. En aquella época se concebía la felicidad como un concepto íntimamente vinculado a la ética, ya que se creía que solo puede ser feliz quien se construye para sí un *ethos* o «manera de ser» que le permita llevar una vida buena. Esta vida no es algo que se pueda comprar o adquirir como un objeto cualquiera, ni tampoco puede ser prescrita o enseñada por ningún docto en la materia. Para tener una vida buena, las personas deben ocuparse de reflexionar acerca de qué es lo bueno, para descubrirlo y forjar su personalidad en consonancia con dicho conocimiento. Así, el hombre feliz debe ser, ante todo, un hombre bueno. Para los padres fundadores de nuestra civilización occidental, el bien debe ser, antes que nada, examinado y comprendido, para luego, ahí sí, poder ser practicado.

De ahí la máxima de Sócrates «un conocimiento correcto conduce a acciones correctas». Hacer el mal a sabiendas de que estamos actuado incorrectamente es, en sí, una contradicción. Porque si la felicidad depende de tener una vida buena, ¿quién optaría por hacer el mal y ser infeliz a causa de ello? Un ejemplo bien ilustrativo de este razonamiento es el caso de alguien que se encuentra en Montevideo y desea ir a Colonia del Sacramento; sería insensato que tomara la ruta 5 sabiendo que el camino correcto para llegar a Colonia es la ruta 1. Si dicha persona, en su sano juicio, tomara la ruta 5, presupondríamos que en realidad *no sabe* cuál es el camino correcto para ir a Colonia del Sacramento. Así, siguiendo el hilo del razonamiento de Sócrates, no es la voluntad o el deseo (porque lo que dicha persona realmente quiere es ir a Colonia), sino más bien la ignorancia (o sea, no saber qué camino es el adecuado para dirigirse al destino deseado) lo que nos induce a tomar el camino equivocado y sentirnos insatisfechos o frustrados a causa de ello.

Así, tanto Sócrates como Platón y Aristóteles rechazaban la

posibilidad de que una persona corrupta, viciosa o libertina pudiera ser realmente feliz. Esta sería la que toma la ruta 5 en vez de la 1; su destino puede ser el reconocimiento social, la ganancia material o el placer cortoplacista, pero nunca la felicidad auténtica. Según ellos, las personas genuinamente felices son las que viven y actúan conforme al sentido del «deber ser» pensado y elegido, incluso cuando implique el sacrificio de placer o bienestar inmediatos. La felicidad no se encuentra tanto en la conquista de la meta ambicionada como en el andar por el camino estimado correcto o adecuado.

Esta idea brilla por su ausencia en nuestra cultura contemporánea, en la cual cunde la creencia de que, allende a la manera de perseguirla, la felicidad se encuentra al alcanzar el objetivo deseado. Mientras nosotros medimos la felicidad en función de los fines o los resultados obtenidos, los griegos la concebían como un bien que recae sobre las personas cuando se encuentran transitando el camino que juzgan más correcto. Así, si cometemos una acción *a sabiendas* de que es mala o incorrecta (por más beneficio o placer que nos deparen sus consecuencias), nuestra conciencia, bien en el fondo, siempre sabrá que no actuamos conforme a lo debido, y por eso no seremos capaces de experimentar la felicidad verdadera. Esta forma de concebir la felicidad está íntimamente ligada a la idea de que esta es una experiencia fundamentalmente subjetiva y que, por ende, para poder experimentarla debemos sentirnos bien con nosotros mismos, en nuestro fuero más íntimo. Por eso, para referirse a la felicidad los griegos usaban la palabra *eudaimonía*, creada a partir de la conjunción de dos vocablos: *eu*, que significa «bueno», y *daimon*, que alude a un espíritu o una voz interior que guía a las personas por el camino correcto. El *daimon* se asemeja a lo que hoy llamamos «voz de la conciencia», pero no la de la conciencia moral que, como el personaje de Pepe Grillo en *Pinocho*, nos hace sentir culpables por no haber hecho lo «debido» según los preceptos que nos fueron inculcados desde la cultura. El *daimon* de los griegos, muy por el contrario, representa la voz de la conciencia que nos comunica el sentido del «deber ser» cuidadosamente reflexionado, comprendido y, por ende, elegido. Porque bien nos puede suceder que, por distracción, comodidad, miedo, conveniencia u olvido, nos equivoquemos y tomemos la ruta 5

en vez de la 1 para ir a Colonia. Pero cuando sabemos (porque nos hemos ocupado de reflexionar sobre ello) cuál es la manera correcta de concretar nuestro deseo, ese conocimiento decanta en nosotros y la voz de la conciencia, tarde o temprano, nos lo recordará. Por eso los griegos pensaban que hacer el mal a sabiendas es tan absurdo e inútil como hacerse «trampas al solitario»; podremos «ganar» el partido —y ser aplaudidos y admirados por ello—, pero esto no será suficiente para gozar de la satisfacción o la felicidad genuinas. Porque, aunque podamos engañar a otros, no así a nosotros mismos (al menos no por mucho tiempo). El autoengaño es una mentira y, como tal, tiene patas cortas. Ya lo dijo Soren Kierkegaard, «la puerta de la felicidad se abre hacia adentro»; por más pendientes que estemos de brillar a los ojos de los demás o de perseguir el éxito pautado desde la cultura o la comunidad, la felicidad auténtica la encontramos cuando nos contemplamos en el espejo más profundo de nuestro fuero más interno y sentimos que nos gusta lo que vemos.

Sí, tiene razón Simone de Beauvoir: la felicidad es difícil de explicar. Pero de todas las tentativas con las que me he cruzado hasta ahora, la que más se parece a lo que intuyo acerca de la felicidad es que ella es un estado de gracia que nos sobreviene en aquellos instantes en los cuales nos damos cuenta de que estamos en el lugar que debemos estar, haciendo lo que debemos hacer. Nos sentimos felices cuando elegimos y actuamos en conformidad con lo que pensamos, aunque esto no nos depare un placer o un bienestar inmediato. Como afirmó el popular filósofo esloveno Slavoj Zizek, «si buscas la felicidad estás perdido».[69] Porque, contrario a lo que se suele creer, la felicidad no la encontramos como a un objeto o una cosa cualquiera. Es ella la que viene a nuestro encuentro, derramándose sobre nosotros como un estado de gracia, cuando estamos siendo y haciendo lo que pensamos y sentimos como bueno o correcto.

Sabemos que la gratitud hace a la felicidad; que las personas más felices son las que se sienten agradecidas por lo que son, lo que hacen y la vida que llevan dentro del abanico de posibilidades que cada uno posee. Pero la gratitud que hace a la felicidad no es la que se aprende a través de una receta o se repite, una y otra vez, con un «gracias» solamente de la boca para afuera. La gratitud, o ese estado de

gracia(s), que hace a la felicidad es la que sale de adentro, espontáneamente, en los instantes en que experimentamos auténtico bienestar. Y nada ni nadie puede enseñarnos o ubicarnos en esos instantes, ellos nos sobrevienen en función de las decisiones que tomamos a lo largo de nuestra existencia en la búsqueda de una vida buena y significativa.

LA FELICIDAD: ¿MÍA, TUYA, NUESTRA, DE ELLOS O DE TODOS?

Por otra parte, para entender cabalmente la concepción griega de la felicidad —y profundizar en las diferencias respecto de la nuestra— debemos considerar el valor superlativo otorgado al *bien común* en aquella cultura. El *bien común* refiere a lo que es bueno para la comunidad, que no siempre coincide con el deseo o el interés de los individuos particulares. Para los antiguos griegos era impensable que una persona pudiera ser feliz dentro de una comunidad aquejada de malestar. Como animales sociales, los seres humanos dependemos de nuestro entorno para desarrollar nuestro potencial y llevar una vida plena y significativa. Por eso ellos pensaban que, para llegar al bien o la felicidad personales, debemos observar y elegir lo que es beneficioso para nuestra comunidad. Como la frase de la célebre película *Into the Wild* (*Hacia rutas salvajes* en la versión doblada al castellano), en la que Christopher McCandless, un joven de 22 años, huye de la sociedad —a la cual consideraba hipócrita y nociva— para ir a descubrir su verdadera identidad en el desierto de Alaska. Conforme a las creencias propias de nuestra cultura occidental, McCandless creía que la sociedad es un obstáculo para la conquista de una vida auténtica y feliz, pero después de unas semanas solo en medio de la naturaleza comprendió que, contrario a lo que creía, «la felicidad solo es real cuando es compartida».

La preocupación por el bien común como condición *sine qua non* de la felicidad individual se fundamenta en el cultivo de la solidaridad como virtud, así como en la promoción de las actividades compartidas o cooperativas que nutren y fortalecen los vínculos sociales. Como *zoon politikón* (*animal político*), Aristóteles pensaba que el ser humano

necesariamente debe convivir con otros en la *polis*, palabra griega que significa «ciudad» o «comunidad». El Estagirita creía que la comunidad debe primar sobre la persona, ya que todo individuo necesita de su entorno social para sobrevivir y desarrollar su potencial. Como gran estudioso de la biología (tanto su abuelo como su padre fueron médicos de profesión, y lindero a su Liceo mandó construir un zoológico), Aristóteles comprendió que el ser humano es un animal que no se basta a sí mismo para desarrollar las herramientas necesarias (tanto materiales como cognitivas y emocionales) para vivir conforme a su naturaleza. El *zoon politikón* es un ser naturalmente incompleto y dependiente de los otros —con quienes convive y coopera dentro de su comunidad— no solo para subsistir sino también, y más importante aún, para tener una vida buena y feliz.

Esta relevancia que los griegos le daban a la cooperación como cualidad fundamental de la búsqueda de la felicidad puede sonar anticuada u obsoleta para nuestra concepción individualista contemporánea, según la cual la gratificación está asociada con competir y ganar. Sin embargo, y paradójicamente en este sentido, estudios neurocientíficos recientes[70] han comprobado que, frente a la opción de competir o cooperar, la mayoría de las personas eligen participar en actividades cooperativas. Y esto tiene su explicación, ya que también se ha descubierto que mientras cooperamos con otros en nuestro cerebro se libera dopamina. La liberación de esta hormona nos permite experimentar sensaciones de placer y recompensa, por lo cual se deduce que los seres humanos estamos biológica o naturalmente predispuestos a participar en actividades cooperativas. Esto es perfectamente razonable tomando en cuenta nuestra naturaleza social. La sensación de recompensa y bienestar que experimentamos al cooperar con otros nos permite afianzar en forma espontánea los vínculos sociales (allende a los mandatos culturalmente enseñados, como «ama al prójimo como a ti mismo»), a la vez que nos previene de actuar en forma interesada y egoísta.

La importancia de la cooperación humana como medio para procurarnos una existencia más exitosa y plena se encuentra subrayada, asimismo, en la obra[71] del célebre historiador israelí contemporáneo Yuval Noah Harari, quien sostiene que la cooperación

flexible a gran escala es el secreto del *Homo sapiens* para reinar sobre el planeta: «En el plano individual soy vergonzosamente parecido a un chimpancé. Y si nos llevaran a un chimpancé y a mí juntos a una isla desierta y tuviésemos que luchar para sobrevivir y ver quién lo hace mejor, desde luego yo apostaría por el chimpancé y no por mí. […] La verdadera diferencia entre los humanos y los animales no está en el plano individual, está en el plano colectivo. Los humanos controlan el planeta porque son los únicos animales que pueden cooperar flexiblemente y en masa. […] Lo que obtenemos son redes de cooperación sofisticadas y eficaces. Todos los grandes logros de la historia de la humanidad, desde construir pirámides hasta viajar a la Luna, no se han basado en habilidades individuales, sino en la capacidad de cooperar en masa en forma flexible».[72]

Claro que la cooperación no siempre ha dado buenos frutos: las guerras, los genocidios y la alteración del equilibrio ecológico, tanto como el descubrimiento de la penicilina o la creación de *La Gioconda*, han sido posibles por obra y gracia de nuestra capacidad para actuar en forma cooperativa.Pero, aunque necesaria, la cooperación por sí sola no resulta suficiente para garantizarnos la felicidad. Y por ello los griegos hicieron tanto hincapié en la búsqueda del bien. Porque, a fin de cuentas, nuestra capacidad para actuar en forma cooperativa es un arma de doble filo que, de no ser bien utilizada o aplicada, puede ocasionar los males más indecibles. Por eso, en uno de sus diálogos, el *Protágoras*,[73] Platón escribe que, con el objetivo de ayudar a los hombres a garantizarse una convivencia pacífica, Zeus les concedió el sentido de la justicia y la moral. A diferencia de los dones para las ciencias y las artes, estos sentidos fueron repartidos entre los hombres por igual. Por esta razón, ambos son innatos, aunque deben ser desarrollados y perfeccionados a través de la educación para ser aplicados en forma adecuada. Tanto el pudor (o respeto) como el sentido de la justicia son cualidades esenciales para prevenir la destrucción de la paz y la armonía social, de las que dependemos para poder llevar una vida plena, significativa y feliz. Por eso se dice que el ser humano es el animal más creativo, pero asimismo el más destructivo y, también, el más infeliz. No en vano somos los únicos animales que reímos… Entre otras características de la condición

humana, la risa captó la atención de Nietzsche, quien afirmó que «el hombre sufre tan terriblemente en el mundo que se ha visto obligado a inventar la risa».

Esta dualidad propia de la naturaleza humana (que Freud representó a través de los dos instintos humanos básicos: Eros —amor, vida, creación— y Thánatos —odio, muerte, destrucción—) hace que la búsqueda de la felicidad sea aún más difícil y compleja. Porque, aunque deseamos el bien (y la felicidad lo es en grado sumo), debemos lidiar con los impulsos agresivos y destructivos que pulsan en nosotros al mismo tiempo. Respecto de esto, y una vez más, ya lo dijo Aristóteles: el bien es lo que se encuentra en el justo medio, establecido por el hombre prudente a través del ejercicio de la razón.

Junto con la proclividad a la cooperación, existe otro rasgo de la naturaleza humana que justifica el argumento de la preeminencia del bien común sobre el bien individual: la predisposición a empatizar con nuestros semejantes. Por mucho tiempo se ha discutido si la empatía es un sentimiento innato o aprendido, pero gracias al reciente descubrimiento de las *neuronas espejo*[74] la ciencia ha confirmado la intuición de David Hume, quien afirmó que «las mentes de los hombres son espejos unas de otras», y así, hoy sabemos que nuestra capacidad para empatizar con nuestros semejantes es una cualidad que tenemos incorporada desde que nacemos. Las neuronas espejo se activan cuando realizamos una acción determinada, pero también cuando observamos esa misma acción ejecutada por otros. El hecho de que solo con observar el gesto o la acción en otra persona nuestro cerebro reaccione como si lo estuviésemos haciendo nosotros mismos explica nuestra capacidad para aprender por imitación, así como para sentir lo mismo que está sintiendo el otro vivenciando la acción o el gesto ajeno como si fuesen propios. Por ejemplo, cuando percibimos un gesto de tristeza en otra persona (como puede ser llorar), las neuronas espejo se activan para permitirnos comprender que esa persona está triste y, además, sentir su tristeza en carne propia. Parece que «ponernos en el lugar del otro» es algo que los seres humanos hacemos en forma espontánea; entonces, como el coronavirus y la varicela, tanto la felicidad como la desdicha son altamente contagiosas. De todas formas, al igual que el sentido de la justicia y la

moral, esta capacidad debe ser estimulada y educada para que pueda desarrollarse en forma apropiada. No basta con tener la capacidad; como el mármol, el yeso o el barro, esta debe ser trabajada y esculpida para que la escultura adquiera su forma.

Hace poco un paciente me contó que luego de una fiesta en la playa, cuando estaba retornando a su casa a dormir, se cruzó con tres hombres que iban a recoger la basura que había quedado tirada allí después del festejo. «Me sentí mal por esos hombres que iban a trabajar al mismo tiempo que yo me iba a dormir después de una noche de juerga, y que debían levantar la basura que otros habíamos dejado tirada ahí. Sentí que debía ayudarlos, no podía irme a dormir así como si nada… Después de levantar la basura con ellos me sentí mucho mejor». Seguro que las neuronas espejo hicieron que mi joven paciente empatizara con esos hombres, llevándolo a «ponerse en el lugar de ellos». Así, frente a la disyuntiva de continuar rumbo a su casa a satisfacer su deseo personal de irse a dormir o demorarse para levantar la basura junto a aquellos hombres, él eligió el camino de la cooperación. Este gesto, que representa un acto tan altruista como poco común, condice tanto con el mandamiento cristiano que nos ordena amar al prójimo como a nosotros mismos como con las creencias y los valores promovidos en la cultura antigua griega. Y también con los descubrimientos más recientes de la neurociencia, que revelan que somos animales naturalmente cooperativos.

A veces me da por pensar que, entre Aristóteles y Rizzolatti, la cultura occidental estuvo sumida en un sueño que se extendió durante casi veintitrés siglos. Porque basta con leer las obras de autores como Platón y Aristóteles para constatar la extensa y profunda sabiduría que allí se encuentra, por tanto tiempo olvidada y recientemente confirmada por los descubrimientos científicos más descollantes. Pensar que, sin electroencefalogramas ni sensores de monitorización cerebral, solo con la observación y la reflexión cuidadosas de la conducta y la naturaleza humanas, los antiguos comprendieron que el bienestar y la felicidad dependen de la cooperación y el fortalecimiento de los vínculos humanos.

A partir de la modernidad, sin embargo, la felicidad dejó de ser pensada como un bien colectivo para ser concebida como un derecho

individual. Ya en el Renacimiento comienza a invertirse la fórmula aristotélica y las partes (o las personas individuales) empiezan a adquirir más y más relevancia, mientras el todo (o la comunidad) pasa a ser un medio para garantizarle al individuo la posibilidad de elegir qué lo hace feliz, así como para procurarle la libertad necesaria para serlo. Dicha transvaloración (o transformación de los valores) puede leerse en *El discurso sobre la dignidad del hombre*, de Giovanni Pico della Mirandola, filósofo italiano del siglo XV, donde sostiene que la dignidad humana consiste en poder elegir cómo deseamos vivir. Cada persona debe gozar de la libertad para decidir qué es lo bueno o lo malo para sí misma, y nada ni nadie puede adjudicarse el derecho a imponer sus creencias o preceptos acerca del bien y el mal sobre las demás personas. Así, la vigilancia del bien común a todos, tan de Perogrullo en la Antigüedad, es progresivamente percibida como una amenaza contra el goce de la libertad y la felicidad individuales.

Aunque es probable que ahora, veinticuatro siglos después de que Aristóteles escribiera su *Ética a Nicómaco*, se esté dando un retorno a las ideas y los valores de los padres de nuestra civilización occidental. No solo gracias al descubrimiento de las neuronas espejo y la liberación de dopamina en nuestro cerebro cuando realizamos actividades cooperativas, sino también por la actual pandemia de coronavirus, que ha puesto la solidaridad y el cuidado de los otros en el podio de las virtudes más indispensables y estimadas.

LOS HIPERMERCADOS DE LA FELICIDAD

El desarrollo de una conciencia a favor de los derechos individuales, junto al auge creciente de la sociedad de consumo, han instalado y afianzado una concepción más «liberal» de la felicidad. En efecto, ya no se trata, como en la época de los griegos, de llegar a un entendimiento racional acerca de lo que es una vida buena y feliz ni tampoco, como en la Edad Media, de prestar obediencia a un dios o a alguien que conoce el Bien y la Verdad. Hoy todos tenemos derecho a decidir libremente qué nos hace felices: siempre y cuando nuestras elecciones y acciones no atenten contra los derechos de otras personas, somos libres de elegir y hacer lo que consideramos más útil o

beneficioso para nosotros mismos. Así, hay tantas vidas buenas y felices como individuos que las elijan. Porque, por ejemplo, ¿quién posee la sapiencia legítima para afirmar, a ciencia cierta, que dedicarse a hacer dinero no da felicidad? ¿O que el dinero sí es necesario para ser feliz? ¿O, como dice el refrán popular, que el dinero no hace la felicidad, pero ayuda? ¿Cuánto ayuda? ¿Existe una cantidad, más o menos aproximada, de riqueza material que nos garantice una vida buena y feliz? ¿Cuáles son las necesidades humanas que deben ser satisfechas para poder gozar de una vida buena?

De acuerdo con una investigación mencionada en un documental del año 2011 titulado *Happy*, si bien ha habido un aumento significativo de las riquezas en los últimos cincuenta años, este no ha traído consigo un incremento de la felicidad en la población en general. Y aunque este hecho tiene bastante sentido, es de un romanticismo ingenuo (por no decir mentecato) desestimar, así como así, la importancia que tiene el dinero (ya sea en forma de monedas o de billetes, tarjetas, cheques, acciones, letras o bitcoins) en nuestra sociedad de consumo contemporánea.

Quizá deberíamos detenernos más a pensar qué cosas son las que, hoy por hoy, no dependen para nada del dinero para poder ser realmente disfrutadas. Porque debemos reconocer que, por más que nos pese, muchas de las cosas que, a nuestro juicio, pueden no tener precio igual requieren dinero para ser realizadas. Basta con observar la pirámide de Maslow[75] para comprobar cómo algunas de las necesidades humanas más elementales, como alimentarse, descansar y gozar de salud y seguridad física, moral, familiar y laboral, dependen del dinero para ser satisfechas en nuestra sociedad de consumo contemporánea.

Ahora me viene a la mente un viejo spot publicitario de una conocida tarjeta de crédito, en el que vemos a un padre que cumple la promesa de llevar a su hijo a un estadio de fútbol. A lo largo del spot se van enumerando los objetos necesarios para realizar el partido (la camiseta, los botines, las entradas, etcétera), con su precio correspondiente. Finalmente, el aviso concluye con la consigna de que «hacerle una promesa a un hijo y cumplirla no tiene precio». Pero la consigna, aunque emocionalmente pegadiza, es bien discutible, porque

¿no es una ingenuidad creer que ese padre no necesitó de algo más que su deseo y voluntad para cumplir su promesa? ¿Hubiera podido llevar a su hijo al estadio sin el dinero suficiente para pagar las entradas, por ejemplo?

Es cierto que existen cosas que el dinero no puede comprar, y Bill Gates dio testimonio de esto cuando afirmó que lo que lo hace más feliz es poder cumplir con los compromisos consigo mismo, una virtud especialmente estimada por los filósofos estoicos, a la cual denominaron *autarquía* o «gobierno de sí». El filósofo estoico Epicteto, mencionado en capítulos anteriores, representa un ejemplo claro de cómo ser dueño de uno mismo es una virtud que se puede cultivar y practicar con la sola voluntad, sin necesidad de dinero ni de libertad física o material. Igual que Frankl (quien en un campo de concentración nazi del siglo XX comprendió «cómo el hombre, desposeído de todo en este mundo, todavía puede conocer la felicidad»), pero como esclavo en la Roma del siglo I,Epicteto aprendió que «ninguna persona es libre si no es su propio amo». Ahora bien, aunque tanto Frankl como Epicteto fueron tan humanos como cualquiera de nosotros (y por eso podemos tomar su actitud como un ejemplo posible de ser imitado), igual debemos cuestionarnos si Bill Gates hubiera sido capaz de encontrar la felicidad en algo tan espiritual como ser dueño de sí mismo sin los miles de millones de dólares que tiene en el banco… No porque su logro sea menos meritorio que el de Frankl o Epicteto, sino más bien porque Gates es contemporáneo a nosotros y a la sociedad de consumo en la cual nos encontramos inmersos. Así, no es extraño que el creador de Microsoft haya confesado que «ser multimillonario me ha dado la bendición de no tener que pensar en los costos de salud o en los costos de la universidad, por ejemplo». Y, entonces, aun reconociendo que el dinero no hace la felicidad *in strictu sensu*, igual podemos entender por qué alguien que vive bajo un puente, por ejemplo, considere la máxima de que «el dinero no hace la felicidad» una insensible ironía, por no decir una impúdica mentira.

Si algo caracteriza a la sociedad de consumo es el afán de ponerle un precio a todo, y su prosperidad es directamente proporcional al éxito conseguido en dicho empeño. Pero solo con el precio (por más

bajo que sea) no basta para que el producto sea efectivamente atractivo para sus potenciales compradores. Para ser «vendible» es necesario que un producto inspire en los consumidores una promesa de felicidad (*promesse de bonheur*). Porque, a fin de cuentas, igual que el padre que cumple su promesa en el mencionado spot publicitario, lo que buscamos cuando inspeccionamos las vidrieras en los shoppings o recorremos las góndolas de los supermercados es lo que todos los seres humanos hemos, desde siempre, deseado: un poco más de felicidad.

Imaginemos por un momento un inmenso hipermercado en el que todos los productos a la venta (desde una bolsa de papas fritas hasta un auto, pasando por un pantalón, un reloj o un *smartphone*) tuvieran un sello que indicara el monto de felicidad que nos proporcionaría su consumo. Igual que con el porcentaje de grasas trans o el exceso de azúcar o de sodio, los consumidores podríamos saber el monto de felicidad garantizado por cada producto al ser comprado. El precio, claro está, sería directamente proporcional al monto de felicidad asegurado, y así, serían más felices quienes pudieran pagar más. Esta película, consonante con la máxima de que «el dinero compra la felicidad», puede parecer a muchos una maquiavélica distopía o un burdo embauque, pero no es muy diferente a nuestra realidad actual. Porque, aunque sin el «sello de felicidad» a la vista, todos los días nos vemos arrastrados en forma irracional y compulsiva a la compra y el consumo de cosas que, con una pizca de pienso, podríamos perfectamente reconocer como innecesarias. Hacer un viaje, comprar el último modelo de *smartphone*, leer un libro que nos enseña cómo ser felices y exitosos, seguir a un *influencer* en las redes sociales, hacer un curso rápido de *mindfulness*, tomar una pastilla o consultar al gurú «de moda»… ¿Quién no se ha visto alguna vez defraudado por una de estas «promesas de felicidad» comercializadas en el mercado?

Por más contraintuitivo o absurdo que parezca, la prosperidad de la sociedad de consumo depende de que la felicidad se conciba asociada a un producto accesible a quien desee consumirlo. Y, en caso de no sentirse satisfecho, no es necesario cuestionarse demasiado, ya que siempre existen más y más opciones y oportunidades expuestas en las vidrieras y las góndolas de los monumentales «hipermercados de la felicidad».

Si los griegos creían que la felicidad es un privilegio gozado *exclusivamente* por quienes se ocupan de pensar y llevar una vida buena, la sociedad de consumo ha hecho de la felicidad un bien mucho más *democratizado*. Porque cuando el bien y el mal son valores relativos, cada individuo tiene la libertad de elegir qué producto, experiencia o modo de vida lo hace más feliz. Esto viene como anillo al dedo a la sociedad de consumo, que se consagra a la producción y la oferta cada vez más variadas de bienes (y de medios para acceder a ellos) con el objetivo de satisfacer los deseos de *todos* los consumidores. Si alguien no puede cumplir su deseo de comer carne porque no tiene el dinero necesario para comprarla en la carnicería o el supermercado, puede solicitar una tarjeta de crédito o algún préstamo de dinero en efectivo «en cuotas fijas» para poder hacerlo. Y si ninguna de estas opciones es accesible al consumidor, ahora existe la «carne a precio popular»[76] (con un porcentaje de grasa en relación inversamente proporcional a su precio, claro está).

Si es ingenuo desestimar el poder que tiene el dinero para la búsqueda de la felicidad en la sociedad consumista contemporánea, también lo es confiar en que su relativismo individualista garantiza libertad e igualdad para la búsqueda de la felicidad sin más. Porque, aunque las góndolas de los «hipermercados de la felicidad» rebosen de una ingente diversidad de productos para todos los gustos, y aunque sus puertas se abran de par en par a *todos* sin condición, el precio de recorrer sus góndolas con la billetera demacrada es el más caro de todos.

«Porque de todo tenían más de lo necesario. […] Compraban todo lo que hacía más plena su plenitud. […] Si se compraba una nueva colección de discos para el gramófono, siempre se compraba la colección entera, todas las obras de un gran compositor a la vez, Wagner o Bach al completo, en toda clase de grabaciones. Nada era tan importante como tener a Bach en el armario, todo Bach… ¿Entiendes? […] Todo era completo y perfecto en la cocina, en el salón, en los diferentes almacenes… Lo único incompleto eran sus vidas».[77]

PONTE UNA CARITA FELIZ, GUASÓN

A ningún griego del siglo V a. C. le hubiera parecido razonable esperar que un esclavo tuviera una vida feliz. No solo porque esta dependía de la libertad de decidir y actuar, sino, más que nada, porque una vida buena era el privilegio de quienes tenían la posibilidad de dedicarse a pensar acerca de la naturaleza del bien y la verdad. La vida contemplativa era un privilegio exclusivo de los hombres libres, quienes, al no verse condenados a una vida dedicada a la pura actividad, disfrutaban del ocio como condición *sine qua non* para la búsqueda de la sabiduría y la práctica del mejor modo de vida. Vale subrayar que, lejos de ser sinónimo de no hacer nada o perder el tiempo, el ocio era para los griegos una parte esencial de la vida, que para ser buena requería un tiempo en que el trabajo obligado se suspendía para que las personas pudieran hacer las cosas por gusto y no solamente por deber. El ocio gozaba de un sentido radicalmente diferente al que le damos en la actualidad; para ellos era actividad y no mera pasividad. Pero no una actividad que se realiza para conseguir un objetivo determinado, como hacer gimnasia para bajar de peso o trabajar para ganar dinero. El ocio no era un medio para obtener otra cosa, sino una actividad que no buscaba nada fuera de sí misma, porque tenía su fin en el sí mismo personal. El ocio era concebido como algo bueno para la persona que podía practicarlo, y por eso era considerado un privilegio reservado a aquellos que podían darse el lujo de disponer del tiempo necesario para experimentar el placer (aunque no libre de esfuerzo) de pensar.

En este siglo XXI, en cambio, no es feliz quien no lo quiere o, peor aún, quien no posee la voluntad para ir en busca de su propia felicidad. No solo porque la esclavitud (al menos en la forma en que existía en la Grecia Antigua) ha sido abolida, sino también porque pensar acerca de qué es la felicidad o cuál es el medio adecuado para alcanzarla ya no es importante. Lo que importa ahora es ocuparse de ser feliz, y el propósito de toda sociedad próspera es proporcionarles a los individuos la mayor cantidad posible de oportunidades para lograrlo. Pero estas oportunidades tienen su precio: la productividad. La condición para ser feliz es ser productivo, y cuanto más productivo seas, más oportunidades para ser feliz tendrás. La «obligación» de ser productivo ha suplantado el disfrute de actividades realizadas por

gusto y no por un mero sentido del «deber hacer» impuesto por la sociedad. El lema de la cultura contemporánea es «sé productivo, haz cosas útiles, adapta tu ser y hacer a las pautas impuestas por la cultura y tendrás la felicidad garantizada». Para ser feliz ya no hace falta pensar sino producir bienes o cosas útiles, tal como lo hace cualquier máquina. Lejos de la ardua y compleja labor reflexiva dedicada a descifrar el misterio de la felicidad, la sociedad de consumo ha conseguido encarnar la felicidad en objetos y experiencias para todos los gustos. Ya no es necesario reflexionar ni poner en ejercicio la voluntad para elegir y actuar conforme a lo que es bueno o correcto. Ya no hay misterio: el objetivo es sentirse bien y feliz, y todos podemos conseguirlo mientras nos adaptemos a una cultura que glorifica la utilidad.

En una cultura signada por el «¡tú puedes!» —como señala Byung-Chul Han en el libro que lo catapultó a la fama—,[78] el sufrimiento es tan innecesario como excluyente. Porque ¿quién, en su sano juicio, elegiría sufrir cuando existen tantas oportunidades para sentirse bien y feliz? Esta es una pregunta sobre la cual suelo reflexionar junto a mis pacientes en mi trabajo como psicóloga clínica. Un ejemplo bien claro es la elaboración del duelo, que consiste en aprender a superar una pérdida (ya sea de una persona, un trabajo, una comunidad o un país) y adaptarnos a una nueva realidad marcada por la ausencia de lo perdido. Cualquier manual de psicología básico enseña que el duelo es un proceso que suele llevar un tiempo para poder ser efectivamente elaborado, pero lo cierto es que es cada vez más difícil para los pacientes darse el debido tiempo para transitar su duelo. Esto es perfectamente comprensible, no solo porque los seres humanos estamos naturalmente condicionados para evitar el sufrimiento, sino también porque vivimos en la cultura de la inmediatez y del «¡llame ya!». Así, para dejar de sufrir existen cada vez más «remedios», tanto en forma de pastillas como de pantallas, experiencias exóticas y gurúes «iluminados» que te cambian la vida en un abrir y cerrar de ojos. Cuando hay tantos medios para dejar de sufrir, el sufrimiento pierde toda su razón de ser, y cuando alguien sufre por «demasiado» tiempo, esto es porque carece de la voluntad de dejar de hacerlo. De esta forma, una de las preguntas más ancestrales y complejas, «¿cuál es el

sentido del sufrimiento humano?», ya tiene su respuesta: «Ninguno». No es de extrañar, pues, que tenga tanto enganche el eslogan «pare de sufrir».

La búsqueda de sentido es siempre respecto de lo que es inevitable —aquello a lo cual «somos arrojados», diría Heidegger— y que nos exige la adopción de una actitud para ser sobrellevado. La vida, el amor, la búsqueda de la felicidad, el deseo de libertad —y también el miedo a ella—, la muerte, la soledad: tanto para bien como para mal, los seres humanos transitamos por todas estas experiencias, aunque no necesariamente de la misma forma. Esta depende de la actitud que adoptamos al transitarlas, y la actitud, a su vez, depende del sentido que le damos a cada una de esas experiencias. «El hombre en busca de sentido» (parafraseando el célebre libro de Frankl) es el que sabe que está destinado a encontrar la razón de ser de lo que debe vivir, aun sin haberlo elegido. Buscamos el sentido no solo para comprender el porqué de lo vivido (ya sea el amor, la vida, la soledad o la muerte), sino también para poder elegirlo. Así, la búsqueda de sentido es el camino por excelencia para el ejercicio de la libertad.La más difícil, sí —porque debemos elegir lo que nos pasa sin haberlo buscado—, pero también la más auténtica, porque es el resultado de una elección reflexionada.

La vida misma es, probablemente, el ejemplo más ilustrativo: nadie eligió nacer, vinimos a este mundo vaya a saber por obra y gracia de quién o qué. ¿Dios? ¿La gran razón? ¿El azar? Sea como sea, la causa de nuestra existencia es ajena a nuestra propia voluntad. No obstante, y más allá del instinto de supervivencia, siempre podemos elegir la vida que tenemos. El hecho de no haber elegido nacer no nos condena, de por sí, a la mera supervivencia o a cargar con la vida como si esta fuese una condena. Gozamos de la posibilidad de darle un sentido a nuestra vida, descubrir o crear el porqué y el para qué de nuestra existencia, y adoptar una actitud acorde a lo que elegimos ser y hacer en este mundo al cual fuimos «arrojados».

Pero en la cultura del «¡tú puedes!», en la que la felicidad es comparable a un paquete de galletitas en la góndola del supermercado, la búsqueda de sentido (encarnada en *influencers,* «terapeutas» formados en cursos en línea adecuados a las necesidades del

cursillista-consumidor, manuales y cursos de autoayuda con recetas universales y fáciles de aplicar) corre el riesgo de convertirse en un bien de consumo más. O, peor aún, de transformarse en una aspiración lisa y llanamente innecesaria. Esto es lo que está sucediendo con el problema del sufrimiento, y por eso debemos preguntarnos qué pasa cuando la búsqueda del sentido del sufrimiento humano es percibida como inútil o prescindible.

Convengamos que el sufrimiento no es, como el alcohol, el cigarrillo, las nueces, el *smartphone* o el viaje a Sicilia, algo que podamos, con más o menos esfuerzo, evitar. Y aunque casi nadie con un sentido mínimo de la realidad diría lo contrario, los seres humanos somos maestros en hacernos «trampas al solitario». Por más descabellada o engañosa que le parezca a nuestra conciencia, la idea de que podemos parar de sufrir tiene un fuertísimo poder de seducción. Así, confiamos en que existe una «carita feliz» para todo aquel que se lo proponga y ponga su voluntad en la consecución de su fin. Mirar el sufrimiento a la cara y con la frente bien levantada, como enseñó Nietzsche, resulta absurdo cuando podemos esquivarlo y mirar Netflix, Instagram, Facebook, las vidrieras o los programas televisivos que prometen hacer los sueños realidad.

No en vano resultó tan controversial la película *Joker*, que narra la vida del famoso villano de Batman, desde su niñez (signada por el abandono, el abuso y el desequilibrio mental de su madre) hasta el momento en que, ya adulto (y, paradójicamente, ejerciendo el oficio de payaso), se convierte en un sociópata asesino. En un artículo de *The New York Times,* por ejemplo, se lee que la película «es un ejercicio vacuo y vago, con un estilo y filosofía de segunda».[79] Este juicio no debería resultar sorprendente a casi nadie, dado que uno de los efectos más provocativos que tiene la película es el de llevar a sus espectadores a reflexionar acerca de lo que pasa en una sociedad en la que el dolor, la enfermedad y la infelicidad son un síntoma de debilidad y fracaso personales. *Joker* posa una mirada crítica sobre la sociedad de consumo, el exitismo individualista y el «sálvese quien pueda», revelando ante nuestros ojos (y nuestra conciencia) una realidad en la que la popularizada «carita feliz» (*happy face*) ha reemplazado a la duda y la reflexión acerca del significado de la

felicidad humana. Humanizando a un antihéroe de historieta, la película nos muestra a un hombre que bien podría ser cualquiera de las personas que andan por ahí rezagadas y discriminadas por una sociedad que no se cuestiona por qué a algunos les resulta más difícil (y hasta imposible, a veces) ponerse, sin más, una carita feliz. En *Joker* se denuncia la mentira encarnada en la máxima «¡tú puedes!»: no, no siempre podemos. Y cuando sí podemos, no es exclusivamente por mérito propio, sino también por la cooperación de otros que colaboran (a través del amor, la contención, el cuidado y la educación) en la adquisición de las herramientas que necesitamos para forjarnos una vida exitosa y significativa. Porque ¿qué se obtiene cuando se cruza a un solitario mentalmente enfermo con una sociedad que lo abandona? Esta pregunta resume el *leitmotiv* de la película. Y, aunque sea retórica para cualquier filósofo de la Grecia Antigua, no es extraño que, hoy por hoy, resulte vacuo e inútil el ejercicio de reflexionar en torno a ella. La respuesta es, irónicamente, obvia: el problema está en el ser solitario que carece de la voluntad para adaptarse a un sistema pleno de oportunidades y «elige» ser pervertido e inútil en vez de productivo y exitoso. En una cultura basada en el ideal meritocrático, en que el éxito y la felicidad dependen exclusivamente del mérito y la responsabilidad personales, es lógico que resulte absurdo (o, más bien, incómodo) preguntarse por las posibles fallas de una sociedad que, escudada en la —tan loable como intangible— «igualdad de oportunidades», abandona a quienes carecen de las herramientas necesarias para aprovecharlas. Veinticinco siglos después de que Aristóteles advirtiera el poderoso impacto de la comunidad sobre los individuos que la integran, hoy prevalece la presunción de que la sociedad es tan solo un medio para garantizar la libertad individual, y no ya un espacio donde las personas puedan sentirse lo suficientemente seguras, respetadas y reconocidas como para adquirir las herramientas necesarias para poder elegir y abrirse su propio camino en la vida.

Superada la esclavitud (al menos en su sentido más literal), la meritocracia, el individualismo y el consumismo exacerbados han dado a luz una nueva clase social: la de los perdedores, débiles y fracasados. En una cultura embanderada con el mandato «sé feliz»,

total, «tú puedes», ya no existen razones o excusas para no sentirse satisfecho y feliz.

FELICIDAD Y VERDAD

¿Qué preferís entre tener la razón y ser feliz? ¿A quién no le plantearon alguna vez esta pregunta?

Como la oposición razón-emoción, la idea de que la condición para ser feliz es no pensar demasiado representa una falacia perfecta para mantener a las personas en el conformismo y la ignorancia. Al contraponer la felicidad con la razón, se hace de la ignorancia una bendición, mientras la búsqueda de la verdad es concebida como una fuente de insatisfacción y sufrimiento: la vida es lo suficientemente difícil como para complicarla aún más, así que más vale seguir convencidos de que la realidad es tal como la presumimos y deseamos. La intolerancia a la frustración deja de ser un problema, porque todos podemos ser felices, siempre y cuando no nos tomemos el difícil trabajo de pensar si acaso todo esto no es una mera farsa. Como en la célebre novela *Un mundo feliz*,[80] del escritor británico Aldous Huxley, en la que todos son felices, pero solo porque no pueden pensar ni actuar en libertad. Una sapiente y empoderada clase dominante controla el bienestar de los ciudadanos del «mundo feliz», que es directamente proporcional a su ignorancia. Mientras la felicidad se computa en función de la cantidad de placer y divertimento inmediatos, el deseo de verdad es visto como un obstáculo para el disfrute, en tanto que la ciencia se vuelve una amenaza contra el orden social. El asombro y la duda no tienen cabida en un mundo en que el bienestar cuelga del brazo de la conveniencia y la comodidad. Por eso, quien se atreve a objetar «pero yo no deseo el confort; yo quiero a Dios, quiero poesía, quiero peligro real, quiero libertad, quiero el bien, quiero el pecado» es visto como un vándalo[81] subversivo, condenado a una existencia infeliz.

No han faltado personas que, a lo largo de la historia de la humanidad, han sido acusadas de subversión. Y tampoco han sido pocas las que debieron pagar con su propia vida el precio de cuestionar las creencias o los valores establecidos en su época. Como

en la alegoría de la caverna de Platón cuando, al final, Sócrates y Glaucón coinciden en que los habitantes de la caverna matarían al filósofo por advertirles que la realidad en la que viven es una ilusión basada en creencias y opiniones falsas.

La celebridad de la engañosa oposición razón-felicidad condice, entre otras cosas, con la proliferación de los populismos, porque mientras la gente crea que será más feliz cuanto menos se preocupe por conocer la verdad, entonces más dispuesta estará a confiar en aquellos que le dicen lo que quiere escuchar. Si la búsqueda de la verdad trae infelicidad, entonces la verdad no es algo que valga la pena buscar ni examinar. Y cuando la verdad pierde valor, todas las afirmaciones y las propuestas son igualmente válidas y dignas de estima.

La seudodemocratización de la verdad que denuncia Eco cuando refiere a la «invasión de los imbéciles» en la cita mencionada en un capítulo anterior[82] ha instalado la antítesis verdad-mentira tras el velo de Maya, asimilando lo verdadero con lo que nos hace felices, y no ya con lo que concluimos o descubrimos después de examinar cuidadosamente lo que se nos propone como cierto. Este velo de Maya es ideal, como en el «mundo feliz» de Huxley, para mantener al pueblo en el oscurantismo intelectual. Porque nadie en su sano juicio consentiría permanecer voluntariamente en la ignorancia, condenado a una vida sustentada en la manipulación y la mentira. Cuando alguien (ya sea un pueblo o una persona) demanda pan y circo, es porque ignora su derecho a exigir justicia y verdad. No es extraño, pues, que todo afán populista procure, antes que nada, mantener al pueblo sumergido en la ignorancia, para que pueda confiar irreflexivamente en cualquier eslogan elocuente que le promete bienestar y felicidad.

Por otra parte, y en consonancia también con la contraposición razón-felicidad, persiste la imagen del intelectual ensimismado y amargado de tanto pensar. Hay que reconocer que esta imagen tiene, en parte, su razón de ser, ya que es cierto que el cuestionamiento concienzudo y profundo puede conducirnos a lo que Emil Cioran denominó «las cimas de la desesperación»,[83] donde todas las certezas y las seguridades se esfuman, avivando la sensación de desasosiego ante la ausencia de horizontes que nos aseguren seguridad y

contención.Por algo Henry Ford[84] (que no era filósofo, sino empresario) afirmó que «pensar es el trabajo más difícil que existe. Quizá esa sea la razón por la que haya tan pocas personas que lo practiquen». Sin embargo, también es cierto lo que escribió Will Durant (este sí, filósofo): «Existe un placer en la filosofía, y un encanto en los espejismos de la metafísica, que todo estudiante experimenta hasta que las necesidades triviales de la vida cotidiana lo arrastran desde las alturas del pensamiento reflexivo hacia el mercado de las ganancias y las pérdidas económicas».[85] El placer que sentimos cuando pensamos radica en la convicción de que la verdad es un bien en sí, y por eso es digna de ser deseada. Aunque nos duela, nos incomode, se nos escabulla o nos haga más difícil la vida, ella siempre sigue siendo buena. Y lo es, nada más ni nada menos, porque nuestra libertad depende de ella.

Algunos pueden preguntarse, dado que la verdad y el bien son inaccesibles, ¿qué sentido tiene hacer depender la felicidad de algo que jamás podremos alcanzar o conocer en forma absoluta y plena? Esta es una objeción razonable y pertinente, pero con el bien y la verdad sucede lo mismo que con la libertad y la felicidad: jamás podremos gozarlas plenamente. Siempre va a existir alguna condición, obstáculo o límite que nos impida ser completamente felices y libres. Mas ¿es esta una razón válida o suficiente para dejar de desear ser un poco más felices y libres? Sospecho que, salvo algún nihilista radical, nadie diría que la búsqueda de la felicidad y la libertad es sencillamente inútil por el simple hecho de que jamás podremos conquistarlas en forma completa y definitiva.

La verdad, tanto como el bien, la libertad y la felicidad, se nos concede en forma siempre incompleta, inacabada e imperfecta, probablemente porque esas son las cualidades que nos caracterizan como humanos. Pero basta con pensarlas (y esto es posible porque somos animales racionales) para sentir el deseo de poseerlas y gozarlas. Como en el poema *Ítaca* del poeta griego Constantino Cavafis:[86] «Cuando emprendas tu viaje a Ítaca, pide que el camino sea largo, lleno de aventuras, lleno de experiencias… Ten a Ítaca siempre en tu mente. Llegar allí es tu meta. Mas no apresures nunca el viaje». O, dicho de otro modo y parafraseando al Maestro Tabárez,[87] «el

camino es la recompensa». El goce de la libertad y de la felicidad, que hacen a una vida buena, son experimentados mientras las buscamos. Lo esencial, en este caso, es la búsqueda. Y el hallazgo es como el destello de un faro que derrama su luz sobre nosotros esporádicamente mientras caminamos.

La cita de Durant me conduce nuevamente a la fórmula de la felicidad del curso «Mayor felicidad» (mencionado anteriormente) en la Universidad de Harvard: «La vida es similar a una empresa. Una empresa tiene ganancias, costos y tendrá utilidades en la medida en que sus ganancias sean mayores a sus costos. En la vida, nuestros costos son nuestros pensamientos y emociones negativos y nuestras ganancias, nuestros pensamientos y emociones positivos». Contraponer las emociones y los pensamientos negativos a los positivos con el fin de realizar un balance en términos de costo-beneficio es algo propio del «mercado de las ganancias y las pérdidas económicas» que menciona Durant en su cita. Si bien es lícito distinguir las emociones y los pensamientos que nos generan malestar de aquellos que nos ocasionan bienestar, para que esta distinción sea efectiva para la búsqueda de la felicidad, primero debemos reflexionar acerca de la naturaleza de las emociones y de cómo ellas a veces comulgan, y otras veces se contradicen, con el pensamiento. Debemos pensar cuándo una emoción es positiva o negativa y por qué lo es, y lo mismo con los pensamientos. Y, para esto, de nada nos sirven las calculadoras y los balances contables. Para arrojar luz sobre estas preguntas es necesario zambullirse en el mar de lo que se resiste a ser medido y definido en forma exacta o absoluta. Algunos podrán argumentar que la cosa es bien sencilla, ya que tanto una emoción como un pensamiento positivos son aquellos que nos generan bienestar, y esto es fácilmente constatable: solo basta con experimentarlo. Y si bien esto es en gran medida cierto, no es lo mismo que equiparar felicidad con sensación de bienestar.

Comparar la felicidad con una empresa es muy arriesgado, no solo porque reduce la felicidad a una experiencia cuantificable (como lo es la mera sensación de bienestar) sino, más aún, porque al hacerlo se desestima la posibilidad de que, en la búsqueda de la felicidad, los montos de luz y oscuridad sean directamente proporcionales. Por eso

quizá sea más justo comparar la felicidad con el «árbol de la montaña» de uno de los discursos de *Así habló Zaratustra*, de Nietzsche: «Ocurre con los hombres lo mismo que con los árboles. Cuanto más intentan erguirse hacia la altura y hacia la luz, tanto más hunden sus raíces en el suelo, hacia lo oscuro, hacia lo hondo, hacia el mal».[88] Desde esta perspectiva, contraponer las emociones y los pensamientos negativos a los positivos con el objetivo de realizar un balance en términos de costo-beneficio es un argumento simplista y falaz, propio de una concepción abiertamente dualista que, como antaño con el cuerpo y la mente o el alma, identifica una contradicción donde hay complementariedad.

En su famoso discurso dirigido a los graduados de la Universidad de Harvard,[89] J. K. Rowling reflexiona sobre el dolor del fracaso y el goce de la felicidad: «La felicidad personal reside en saber que la vida no es una lista de adquisiciones y logros. […] La vida es difícil, complicada e incontrolable. […] Y entonces, el suelo contra el cual me había estampado se convirtió en el cimiento sobre el que reconstruí mi vida».

Esto coincide con la metáfora del árbol de Nietzsche, y también con la concepción existencialista de la experiencia de la angustia como medio para alcanzar la libertad de una vida auténtica. En efecto, aunque la «angustia existencial» es generalmente identificada con la agonía, el vértigo, el pesimismo o el padecimiento de la existencia humana, lo cierto es que los filósofos existencialistas (desde Kierkegaard hasta Sartre, pasando por Nietzsche, Heidegger, Jaspers y Camus, entre otros) veían en la experiencia de la angustia una oportunidad para la conquista de una vida significativa. Somos seres vulnerables y débiles (tanto frente a la naturaleza como ante la sociedad, que nos impone sus mandatos y nos avasalla con sus expectativas), y esto nos genera angustia. Pero en el «mirar estas dificultades a la cara y con la frente bien levantada» tenemos la posibilidad de encontrar la fortaleza para lidiar con ellas y procurarnos una vida buena y feliz. Así, contrario a la cultura del «tú puedes», para la cual el sufrimiento y la infelicidad son tan inútiles como evitables, el existencialismo encuentra en la inexorabilidad del sufrimiento la condición para llevar una existencia auténtica.

«En las profundidades del invierno finalmente aprendí que en mi

interior habitaba un verano invencible». Lejos de romantizar la infelicidad, esta cita de Camus da sentido al sufrimiento y, contrario a los «omnicontentos»[90] de Nietzsche y al «ponte una carita feliz» de *Joker*, nos permite experimentar la infelicidad y la tristeza sin culpa, concibiéndolas como síntoma no de fracaso ni de falta de voluntad, sino de que las cosas siempre pueden mejorar y que vale la pena intentarlo, aunque no siempre podamos concretar exitosamente nuestro propósito. Porque, a fin de cuentas, en eso consiste nuestro existir como humanos: en poder pensar la perfección, desearla y buscar conquistarla.

Así, al final, aunque sigo comulgando con la impresión de san Agustín respecto del tiempo y no sé explicar qué es la felicidad cuando me lo preguntan, me gusta pensar que ella es lo que experimentamos a lo largo de la vida, cada tanto, mientras buscamos satisfacer nuestro *summum propositum*: hacer de nuestro ser y estar en esta vida —con sus luces y también con sus sombras— algo que, aun habiéndosenos dado sin pedirlo, volveríamos a elegir tal como es, una y otra vez, en el eterno retorno de lo mismo que imaginó Nietzsche.

Los caminos a la felicidad son inescrutables, es verdad. Pero siempre pienso que una vida feliz se define, como en un partido de fútbol, cuando suena el silbato que anuncia su fin. Platón dijo que la filosofía es una preparación para la muerte, y la lógica que subyace a esta maravillosa definición es que, como el equipo que ha jugado un buen partido, quien ha tenido una vida buena —allende a los éxitos, fracasos, aciertos o errores cometidos— se encontrará más y mejor preparado cuando suene el silbato final. El monto de angustia ante la inminencia de la muerte es directamente proporcional a la cantidad de metas, experiencias y sueños que permanecen incumplidos en nuestra *bucket list*.[91] Y la filosofía es una preparación para la muerte porque cuando filosofamos estamos no solo pensando, sino proyectándonos a nosotros mismos y a nuestra vida conforme a los puntos que vamos conectando. Mientras buscamos y descubrimos el significado de lo que nos conmueve, inquieta y asombra, vamos dando sentido a nuestra vida y sumando tics en nuestra *bucket list*. Aunque generalmente queremos seguir jugando, siempre es más fácil recibir a la muerte, comprender su naturaleza inexorable, cuando hemos tenido una vida

examinada y elegida; en palabras de Sócrates, «digna de ser vivida». Esto es lo que siempre imaginé que sintió Kant cuando, según cuenta la leyenda, justo antes de morir dijo: «Así está bien».

69 «¿Qué produce más felicidad, el marxismo o el capitalismo?», debate entre Slavoj Zizek y Jordan Peterson, Toronto (2019).

70 Belik, R. (2011), *Happy*, Emotional Content, Iris Films, Wadi Rum Films.

71 Harari, Y. N. (2016), *Sapiens. De animales a dioses*, Barcelona, Debate.

72 Ibídem.

73 Platón (1985), *Diálogos, Vol. 1*, Madrid, Editorial Gredos.

74 Las neuronas espejo fueron descubiertas en forma accidental e inesperada en 1996 por un grupo de científicos liderados por Giacomo Rizzolatti mientras estudiaban las neuronas especializadas en el movimiento de la mano de los macacos en la Universidad de Parma, Italia.

75 La pirámide de Abraham Maslow (1908-1970) es una teoría de la motivación que trata de explicar qué impulsa la conducta humana. Consta de cinco niveles ordenados jerárquicamente según las necesidades que poseen todos los seres humanos.

76 Diario Perfil (Argentina), “Carne a precios populares: la lista completa de los cortes que se venderán con descuento” Publicado el 23 de abril de 2021.

77 Márai, S. (2005), *La mujer justa*, Barcelona, Salamandra.

78 Han, B. C. (2012), *La sociedad del cansancio*, Barcelona, Herder.

79 Scott, A. O. (3 de octubre de 2019), «Joker Review: Are you kidding me?», *The New York Times.*

80 Huxley, A. (2008), *Un mundo feliz*, México DF, Grupo Editorial Tomo.

81 John el Salvaje es uno de los personajes de la novela de Huxley *Un mundo feliz*. Hijo de dos ciudadanos del «mundo feliz» (concebido por un error del método anticonceptivo), es criado en la Reserva Salvaje, en contacto con la cultura de la tribu zuñi (pueblo que habita en el sudoeste de Estados Unidos) y las obras de Shakespeare.

82 «Las redes sociales les dan el derecho a hablar a legiones de idiotas que primero hablaban solo en el bar después de un vaso de vino sin dañar a la comunidad. Eran rápidamente silenciados, pero ahora tienen el mismo derecho a hablar que un premio nobel. Es la invasión de los imbéciles».

83 Cioran, E. (2020), *En las cimas de la desesperación*, Barcelona, Tusquets Editores.

84 Henry Ford (1863-1947) fue un empresario estadounidense, fundador de

Ford Motors Company.

85 Durant, W. (1953), *The pleasures of Philosophy*, Nueva York, Simon and Schuster.

86 Poeta griego nacido en Alejandría en 1863, considerado una de las figuras literarias más importantes del siglo XX.

87 Óscar Washington Tabárez Sclavo, exmaestro, exfutbolista y director técnico de la selección uruguaya de fútbol desde el año 2006.

88 Nietzsche, F. (2003), *Así habló Zaratustra*, Madrid, Alianza Editorial.

89 Rowling, J. K. (junio de 2008), discurso «The fring benefits of failure and the importance of imagination».

90 Con esta expresión, en *Así habló Zaratustra*, Nietzsche alude a las personas que no distinguen entre el bien y el mal, entre la alegría y la tristeza, a quienes todo les viene bien, que no muestran tristeza ni disgusto por nada y se sienten siempre artificiosamente contentas y satisfechas.

91 *Bucket list* es una expresión en inglés que refiere a una lista de metas, experiencias y sueños que una persona desea cumplir, vivir y hacer realidad antes de morir.

Observemos la portada de *Así está bien*: esa escalera nos puede ayudar a elevarnos, a cruzar obstáculos, a bajar cuando sea necesario, y hacernos alcanzar cosas que no están a nuestro alcance, como lograr tener una mejor visión de un paisaje complejo para descubrir sendas que nos lleven a nuestro destino. La escalera, al igual que la filosofía, es una herramienta. Esta herramienta es tan antigua como las preguntas que se hicieron Sócrates, Platón o Nietzsche y tan actuales como las preguntas que nos mueven cotidianamente.

La licenciada Magdalena Reyes Puig nos presenta la filosofía como algo práctico y concreto, que contribuye a la resolución de problemas. «La filosofía nos exige mirar de frente y sin rodeos el problema, reconocer lo adverso y transitar el malestar para llegar al fondo del pozo profundo y encontrar ahí las herramientas necesarias para superarlo».

En cinco capítulos clave sobre la incertidumbre, el deseo, la razón o la emoción, la libertad y la felicidad, la autora, con un texto sólido desde lo conceptual, así como amable y profundo desde su narrativa, nos

presenta un libro fundamental para aquellos que entendemos que sumergirnos en las aguas del pensamiento y la reflexión nos ayuda a mejorar.

MAGDALENA REYES PUIG

Montevideo, 19 de junio de 1970. Es licenciada en Filosofía y Psicología de la Universidad de la República. Se desempeñó como docente de Filosofía y Teoría del Conocimiento en Educación Secundaria, y como profesora de Antropología Filosófica y Filosofía Social y Política en la Universidad Católica del Uruguay. Es examinadora en la Organización del Bachillerato Internacional y coordina grupos de estudio de diversos autores, obras y temas de filosofía y psicología.

Ejerce como psicóloga clínica y consultora en filosofía. En 2017 participó en el programa de certificación en Consultoría Filosófica de la American Philosophical Practitioners Association, llevado a cabo en la ciudad de Nueva York y dirigido por el célebre filósofo practicante Lou Marinoff, autor de *Más Platón y menos Prozac*.

Inspirada en la tradición socrática, y con un marcado interés por la filosofía práctica, en 2011 inauguró el Café Filosófico Montevideo, un espacio abierto a todo público en el cual se reflexiona y dialoga sobre los más variados temas desde una perspectiva filosófica. En ese mismo año publicó su primer libro de poesía y prosa poética, *Yo mujer*.

Desde 2018 dirige la columna «Café filosófico » en el programa radial *Quién te dice…* de Del Sol FM, y escribe en el periódico El Observador un contrapunto semanal titulado «Magdalena y el bibliotecario inglés».

© Josefina Armas Reyes

Primera edición: junio de 2021
Edición en formato digital: junio de 2021

© 2021, Magdalena Reyes Puig
© 2021, de la presente edición en castellano para todo el mundo:
Penguin Random House Grupo Editorial
Colonia 950, piso 6. C.P. 11.100 Montevideo, Uruguay

Penguin Random House Grupo Editorial apoya la protección del *copyright*.
El *copyright* estimula la creatividad, defiende la diversidad en el ámbito de las ideas y el conocimiento, promueve la libre expresión y favorece una cultura viva. Gracias por comprar una edición autorizada de este libro y por respetar las leyes del *copyright* al no reproducir, escanear ni distribuir ninguna parte de esta obra por ningún medio sin permiso. Al hacerlo está respaldando a los autores y permitiendo que PRHGE continúe publicando libros para todos los lectores.

ISBN 978-9915-659-50-3

Diseño: Gabriela López Introini
Pintura de cubierta: Federico Armas

Conversión a formato digital: Libresque

Índice

Así está bien
Introducción
La incertidumbre
- El asombro y la incertidumbre
- La cultura como fuente de respuestas
- La ciencia como fuente de respuestas
- Sócrates: el modelo del filósofo que abraza la incertidumbre
- Incertidumbre, coraje y libertad
- La alegoría de la caverna
- Sócrates versus los sofistas
- Incertidumbre y posverdad

El deseo
- El deseo desea desear
- ¿Es deseable la inmortalidad?
- La doble paradoja
- El amor como deseo
- El deseo de sabiduría
- ¿Podemos desear lo indeseable?
- Soy inmenso, contengo multitudes

Razón o emoción
- El falso dilema
- La filosofía como un ejercicio racional:conectar los puntos
- ¿Por qué un elogio a la razón?
- El corazón tiene razones que la razón desconoce
- La pequeña y la gran razón

Del racionalismo ilustrado al emotivismo desaforado
La razón: una promesa de libertad
Spinoza, el príncipe de los filósofos
La razón apasionada
La libertad
La responsabilidad:¿una carga o un hacerse cargo?
Los límites y la libertad
La tolerancia a la frustración y la libertad
Libertad positiva y libertad negativa
La palabra: un instrumento de liberación
Libertad y seguridad
El abrazo como símbolo del justo equilibrio entre la libertad y la seguridad
La felicidad
¿De qué hablamos cuando hablamos de felicidad?
¿Ser buenos o ser productivos?¿Cuál es el modelo de una vida feliz?
La felicidad:¿mía, tuya, nuestra, de ellos o de todos?
Los hipermercados de la felicidad
Ponte una carita feliz, Guasón
Felicidad y verdad
Sobre este libro
Sobre la autora
Créditos